

Univerzita Karlova v Praze

Filozofická fakulta

Ústav českých dějin

Diplomová práce

Bc. Jana Měrková

**Stravování českých šlechticů v předbělohorském období a soudobá lékařská
literatura**

Nourishment of the czech aristocracy in period before Bílá hora and
contemporary medical literature

Praha 2013

Vedoucí práce: Doc.Mgr.Marie Šedivá Koldinská, Ph.D

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů, literatury a dalších odborných zdrojů.

V Praze, dne 29. dubna 2013

.....

Jméno a příjmení

Poděkování

Na tomto místě bych ráda vyjádřila své poděkování těm, kteří mají spolu–zásluhu na vzniku mé diplomové práce. Hlavní dík patří paní Doc. Mgr. Marii Šedivé Koldinské, PhD., která mi svým odborným vedením poskytla nejen užitečné rady, ale také slova povzbuzení a opory.

Další dík patří panu PhDr. Davidu Tomíčkovi, jenž mi byl důležitým konzultantem a svými znalostmi v oboru i průvodcem po světě lékařského názvosloví a zasvětitel do této vědecké sféry. Zvláště mu děkuji za poskytnutí řady materiálů, se kterými jsem mohla v práci pracovat.

A konečně bych ráda poděkovala i své rodině, matce, otci a sestře, kteří se mnou po dobu psaní diplomové práce měli nejen trpělivost, ale vždy jsem u nich našla i slova útěchy a bezmeznou podporu.

Abstrakt (česky)

Předkládaná diplomová práce s názvem *Stravování českých šlechticů v předbělohorském období a soudobá lékařská literatura* se věnuje dvěma stěžejním tématům již patrným ze samotného názvu. Jedná se o stravování a lékařství, dnes by se tyto dvě slova dala označit jedním, a sice výživou.

Práce je pomyslně rozdělena na dvě části, první je jídlo urozených pánů, představení jejich jídelníčku, zvyklostí, ukázek receptů dobových pokrmů a další částí je samotná medicína, která v některých svých odborných literaturách fenomén jídla a výživy zpracovávala. V této druhé části věnuji prostor také významným osobnostem, které svou literární činností právě do této lékařské oblasti významně zasáhly. Představuji jejich díla i život. Jakýmsi spojovacím můstkem první a druhé části je pak kapitola o jídle, charakterizovaném právě pohledem lékařů. Při vzniku této práce jsem se opírala především o dva základní prameny, zabývající se celkovou životosprávou a dále pak o historiografickou literaturu, jejímž hlavním záběrem pak bylo jídlo z pohledu každodennosti, nikoli však z lékařského hlediska.

V práci jsem si dala za cíl poukázat na skutečnost, že výživa neboli dietetika není záležitostí moderní doby, ale měla svou významnou roli i v mém sledovaném období.

Abstract (in English)

The current thesis on *Nourishment of the czech aristocracy in period before Bílá Hora and contemporary medical literature* focuses on two main topics: dining and medicine. Today, both could be included under one label, which is nutrition.

The thesis can be divided into two parts. The first one, on the topic of cuisine/dining of noblemen, introduces their diet, habits and provides a few examples of period recipes. The second one presents overview of books that addressed the issue of dining and cuisine at that time. This part also includes personal and literary profiles of several personalities whose writings contributed to this area. A link between these two parts is a chapter on cuisine from the perspective of physicians. In writing the thesis I relied mostly on two sources: literature on lifestyle and historiographic literature. The latter focuses on cuisine from an everyday life perspective without the medical point of view.

The objective of the thesis is to show that cuisine, or nutrition is not only a matter of modern age, but it had its place in the examined period as well.

Klíčová slova:

stravování, výživa, šlechta, regimina sanitatis, kuchařské knihy, lékařská literatura,
Jan Kopp z Raumenthalu, Adam Huber z Riesenpachu

Key words:

nourishment, nutrition, aristocracy, regimina sanitatis, cook books, medical literature, Jan
Kopp from Raumenthal, Adam Huber from Riesenpachu

Obsah

1. ÚVOD	7
2. Pokrmy na stole předbělohorských pánů	10
2.1. Každodenní jídelníček	13
2.2. Šestý smrtelný hřích: Obžerství	15
3. Jednotlivé druhy potravin a jejich úprava	19
4. Kuchařské knihy	44
4.1. Kuchařská kniha Bavora Rodovského z Hustiřan	45
4.2. Nejstarší česká kuchařská kniha vytištěná od Severina Mladšího na začátku 16. století	47
4.3. Pavel Severin z Kapí Hory a jeho kuchařská kniha	48
4.4. Ukázky receptů dobových krmí	49
5. Výživa v dobových představách lékařů a v povědomí šlechticů	63
6. Charakteristika jednotlivých druhů pokrmů z pohledu doktorů	68
6.1. Chléb a jiné pokrmy z obilí	68
6.2. Maso	71
6.3. Mléko, jeho produkty a vejce	84
6.4. Zelenina	86
6.5. Ochucovadla a koření	96
6.6. Nápoje	98
7. Odborná lékařská literatura v knihovnách laiků	101
7.1. Regimenty zdraví jako žánr lékařské literatury	103
8. Jan Kopp z Raumenthalu	106
8.1. Okolnosti vzniku <i>Regimentu zdraví</i>	121
8.2. Gruntovní a dokonalý regiment	123
9. Adam Huber z Riesenpachu	129
9.1. Literární činnost a odkaz Adama Hubera	137
9.2. Regiment zdraví v překladu od Adama Hubera z Riesenpachu	140
10. ZÁVĚR	148
11. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A PRAMENŮ	150
12. SEZNAM OBRAZOVÝCH PŘÍLOH	156
13. OBRAZOVÉ PŘÍLOHY	158

1. ÚVOD

Téma předkládané diplomové práce zní "Stravování českých šlechticů v předbělohorské době a soudobá lékařská literatura". V průběhu psaní práce a hlavně během pracování s literaturou a prameny jsem se snažila práci sestavit a vymezit tak, aby se nejednalo o dva do sebe nezapadající celky – o stravu, tedy jídlo jako takové a v druhé části lékařskou literaturu. Snažila jsem se tedy o hledání styčných bodů a propojení těchto dvou zdánlivě nesouvisejících témat. Vždy jsem jevila zájem především o dějiny medicíny a lékařství, proto jsem se snažila na toto téma klást důraz i ve své diplomové práci. Na základě práce s lékařskými starými tisky, které se zabývaly stravováním ve smyslu dietetiky a výživy, jsem se rozhodla tu část o jídle pojmout také jako zdravotnickou část. Zajímaly mě vlastnosti a dopad jednotlivých pokrmů, který jim přisuzovali studovaní lékaři na zdraví člověka. Všeobecně lze jistě tvrdit, že o svůj jídelníček se z lékařského hlediska zajímali především urození lidé z vyšší společnosti, nežli pracující lidé z nižších, neurozených vrstev. Ačkoli v pramenech, kterými jsou regimenty zdraví, neboli regimina sanitatis, mohou informace a rady k jednotlivým pokrmům najít i chudší vrstvy obyvatel a řídit se jimi stejně tak dobře jako urození páni. Přeci jen je však jisté, že ne všechny druhy pokrmů se dostaly na stůl jak chudým, tak i bohatým. Proto mám v názvu práce zohledněnou šlechtickou společnost, protože většina zhotovených pokrmů, o kterých bude řeč, končila právě na jejich prostřených tabulích.

Cílem této práce není podat přehled veškerého jídla, které se v předbělohorské době jedlo, podrobně popsat recepty, které se z něj vařily a vypočítat a statisticky uvést, kolik se na jakém dvoře snědlo zvěřiny, vajec nebo exotického ovoce. Nechci ani popisovat kuchyňské náčiní, kuchyňské prostory jako takové, nebo způsob stolování a prostírání slavnostní tabule či hygienické zásady při stolování. Z nepřeberného množství kuchařek všeho typu z různých období vyberu a pro ilustraci zmíním jen ty, které svým obsahem dokreslují téma mé práce, tedy konkrétní pokrmy šlechticů a šlechticů v předbělohorské době.

Prací na celé téma jídla a stravování obecně již bylo vydáno skutečně nepřeberné množství. Stravováním jako takovým, v nejširším slova smyslu se zabývali Zikmund Winter,¹ Čeněk Zíbrt², Magdaléna Beranová³, Josef Hrdlička⁴, Karel Holub⁵, Lydie Petráňová⁶

¹ Zikmund WINTER, *Kuchyně a stůl našich předků: líčení dějepisné ze XVI. století*, Praha 1892; též *Šat strava a lékař v XV. a XVI. věku*, Praha 1913.

a z paleobotanického hlediska to byli Zdeněk Tempír, Emanuel Opravil, Fratnišek Kühn, Věra Čulíková a Eva Hajnalová.

V první části práce chci představit význam jídla a pokrmů v předbělohorské době obecně. Pro přehlednost rozděluji pokrmy do jednotlivých kategorií. Nepopisuji však ta jídla a ty úpravy, které nebyly typické pro šlechtické prostředí, vyhýbám se tedy stravování nižších vrstev. Součástí kapitoly o jídle také budou ukázky receptů těch pokrmů, které se připravovaly na dvoře císaře Rudolfa II. a našly své místo ve významných kuchařských knihách sledované doby. V následujících několika kapitolách se již věnuji samotným druhům jídel a to především z medicínského hlediska. Hlavním měřítkem pro lékařské účinky jídel je mi pak pojednání doktora Jana Koppa z Raumenthalu, nazvaném *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví*, popisující podrobně a do hloubky významy jednotlivých potravin. Pro přehlednost a ucelenost tohoto tématu dělím druhy jídel do klasických známých potravinových kategorií. Stejně tak tomu je i v předešlé kapitole o jídle urozených pánů.

V druhé části práce podávám informace k různým druhům lékařských knih, kdy největší zřetel kladu na regimenty zdraví, nebo regimina sanitatis, ve kterých se právě mimo jiné nacházejí informace ke stravování. Plynule pak přecházím do medicínské oblasti představením dvou významných doktorů 16. století, kteří svou literární činností po sobě zanechali odkaz v podobě několika lékařských příruček, z nichž ve zvláštní kapitole podrobněji rozebírám právě jejich regimenty zdraví. Prvním doktorem je Jan Kopp z Raumenthalu a jeho *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví* a druhým Adam Huber z Riesenpachu a jeho překlad původního dánského spisu od Henricha Ranczovia, *Regiment zdraví, jinak správa užitečná...* Protože v české literatuře dosud neexistovala souhrnná publikace, která by zpracovávala život Jana Koppa z Raumenthalu, věnuji jemu a jeho životu značný prostor. Měla jsem totiž možnost pracovat s novou publikací švédského autora, která

²Čeněk ZÍBRT, *Staročeské umění kuchařské*, Praha 1927; Týž, *Staročeská tělověda a zdravotvěda*, Praha 1924.

³Magdaléna BERANOVÁ, *Jídlo a pití za Rudolfa II.*, Praha, 1997. Týž, *Jídlo a pití v pravěku a ve středověku*, Praha, 2011; Týž, *Tradiční české kuchařky: jak se vařilo před M.D. Rettigovou*, Praha 2001; Týž, *Zelí, cibule a česnek v kuchyni a v medicíně do konce 16. století*, Sborník Západočeského muzea v Plzni, řada Historie XVI, Plzeň 2002, s. 185–194.

⁴Josef HRDLÍČKA, *Hodovní stůl a dvorská společnost: strava na raně novověkých aristokratických dvorech v českých zemích (1550–1650)*, České Budějovice 2000; Týž, *Potraviny na předbělohorském dvoře pánů z Hradce (Způsoby zásobování a finanční náklady)*, Příspěvky ke každodenní kultuře novověku, ed. Bůžek, V. Opera historica 4, České Budějovice 1995, s. 5–62; Týž, *Potraviny, stolování a jídelníček na raně novověkých aristokratických dvorech*, Český časopis historický 98, 2000, s. 18–45.

⁵Karel HOLUB, *Prostřené stoly v době císaře Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1591*, Praha 1997.

⁶Josef PETRÁŇ–Lydie PETRÁŇOVÁ, *Dějiny hmotné kultury II/2*, (Kultura každodenního života od 16. do 18. století), s. 819–847.

dosud nevyšla v českém znění. Díky laskavému zapůjčení této publikace panem Davidem Tomíčkem, který si zajistil český překlad pro soukromé účely, jsem tedy měla možnost sepsat ucelený životopis tohoto zmiňovaného lékaře.

Celá práce má společná dvě témata, která se na všech místech prolínají a doplňují. Jsou jimi „jídlo“ a „medicína“. V dnešní době, kdy se tolik hovoří o správném životním stylu, který nám zajistí zdraví, vitálnost a dlouhý život, je dle mého názoru zajímavé se dozvědět, jak a jestli vůbec naši předkové dbali na svůj životní styl, především pak z hlediska jídelníčku.

2. Pokrmy na stole předbělohorských pánů

Nejen jídlem živ je člověk", „Nežijeme proto, abychom jedli, ale jíme proto, abychom žili", „Kdo střídě jí, sám sobě je lékařem". Takováto známá přísloví o jídle se jen těžko srovnávají s představou urozených pánů, sedících kolem bohatě obložené a prostřené jídelní tabule, která se prohýbá pod vahou všech podnosů s pečeněmi, mísami s kašemi, ovocem a zeleninou, podnosy s dorty, koláči, lívanci a pekáči až po okraj naplněnými paštikami. Jistě si každý snadno takový obrázek v mysli dovede představit. Existuje celá řada uměleckých vyobrazení s touto tematikou, stejně tak četná filmová zpracování, zabývající se různými dějinnými epochami, nám mohou barvitě přiblížit, jak takové stravování urozených vrstev vypadalo. V této kapitole bych ráda zaměřila pozornost na obecné aspekty jídla na dvorech urozených pánů.

Vše, co urození lidé z vyšší společnosti dělali, je zároveň i reprezentovalo. Dávali tím najevo své postavení, nadřazenost, důležitost a hlavně prestiž. Při všech činnostech, které šlechta vykonávala, musela být patrná okázalost a přepych, který si mohli ze svého postavení dovolit. Ať už se jednalo o módu, kulturní vyžití jako bylo sběratelství cenných předmětů, pořizování drahých knih, pořádání plesů, koncertů, lovů nebo o jídlo jako takové, vždy bylo důležité dbát na to, aby vše podléhalo módě a hlavně dostatečně reprezentovalo vysoké postavení šlechty. Ani stravování tedy nebylo výjimkou. Samozřejmě nebudu tvrdit, že hlavním důvodem honosných hostin bylo pouze vystavování majetku a urozenosti na odiv. Rozhodně podstatným aspektem byla skutečnost, že si menu o několika chodech, sestavené z vybraných lahůdek šlechta jednoduše vychutnávala.⁷

Potraviny se do zámeckých kuchyní obstarávaly různými způsoby. Nejmenší část tvořily dary. Ty šlechticům předávali jejich služebníci, církevní hodnostáři, ostatní příslušníci české, moravské a zahraniční šlechty i od členů královské rodiny. Od takových dárců se do kuchyní dostala především velmi oblíbená zvěřina, například jako ukázka dárcových loveckých schopností. Častým presentem bylo kvalitní, většinou zahraniční víno, dovezené po několika sudech. Často kuriozitou mohlo být dovezené neznámé cizokrajné ovoce. Často se také darovaly rozličné druhy ryb nebo již hotových paštik, jako prezentace mistrovského umění kuchaře dárce. Pravidelným zdrojem přísunu potravin do šlechtických kuchyní byly naturální dávky, které poddaní odváděli podle své urbaniální povinnosti. Většinou se jednalo o to, co sami vypěstovali, chovali nebo vyrobili. Nejčastěji to pak byly živé slepice, husy,

⁷Viz obrazová příloha č. 1 a č. 2

obilí, vejce a sýry. Nezanedbatelným zdrojem příjmu potravin bylo pro vrchnostenské panství jeho samostatné a soběstačné hospodářství. To se v druhé polovině 16. století skládalo z poplužných dvorů, ovčínů, pivovarů, rybníků, zahrad a štěpnic, mlýnů, lesů s oborami a včelími úly. Na těchto dvorech se pěstoval ječmen, žito, pšenice, oves, hrách, proso, pohanka a mák. V hospodářských staveních, která patřila ke dvoru, bydlela čeled' a bylo zde také ustájeno velké množství dobytka, prasat a drůbeže. Kolem těchto „chovných stanic“ byly záhony s vysázenou mrkví, řepou, cibulí a zelím. Z uvedených ovčínů se do zámeckých kuchyní dostávalo ovčí maso, sýry a mléko. Tolik oblíbená zvěřina se na panské stoly dostávala z místních panských obor, lesů a číhadel. Zásobování kuchyně zvěří měli na starosti myslivci, oborníci a číhaři, pravidelně a ve velikém počtu tak přinášeli srny, srnce, jeleny, laně, zajíce, tetřevy, kachny, koroptve, bažanty, divoká prasata a drobné lesní ptáky. Ryby byly na dvory sváženy z vrchnostenských rybníků, největší oblibě se pak těšili kapři, štiky, okouni a líni. Některá panství, kterým vládl nějaký urozený rybí "fajnšmekr", měla svoje vlastní pstruhové rybníky nebo lososnice. V panských mlýnech se obilí mlelo do panských obročnic a z mlýnského odpadu se tu navíc vykrmovali panští vepři. Na panských zeleninách pěstovali zahradníci rozličné druhy zeleniny, ovoce i květin. Ve velkém to pak byl česnek, salát, hrách, okurky, petržel, řepa, majoránka, kapusta, tykev, kopr, kmín, koriandr, anýz a šafrán. Dále pak melouny, jahody, jabloně, hrušně a švestky. K pití si páni nejčastěji dopřávali vybraného vína, většinou dováženého z Moravy nebo ciziny. Pivo bylo do zámeckých kuchyní voženo z vrchnostenských pivovarů, které se nacházely v každém větším městě. Ačkoli panské hospodářství obsáhlo širokou škálu potravinářského odvětví, bylo potřeba mnoho věcí nakupovat. Stálí dvorští dodavatelé patřili mezi nejbohatší měšťany a vrchnost je využívala i jako nákupčích na tuzemských a zahraničních trzích. Pravidelně od nich odebírala a ve velké míře nakupovala především koření, subtropické ovoce, mořské ryby, sůl a již zmiňované víno.⁸

Časové rozložení pokrmů během dne ani zdaleka neodpovídalo tomu dnešnímu. Jak konstatuje Winter, snídalo se běžně kolem sedmé až osmé hodiny ranní, oběd byl připravován již na desátou hodinu dopolední. Mezi třetí a čtvrtou hodinou odpolední probíhaly svačiny a večere na řadu přicházela již kolem šesté hodiny.⁹ Z dnešního pohledu se může zdát, že mezi jednotlivými chody nebylo mnoho času a prostoru pro stravení a následné vyhladovění.

⁸ Václav BŮŽEK – Josef HRDLÍČKA, *Dvory velmožů s erbem růže, všední a sváteční dny posledních Rožmberků a pánů z Hradce*, Praha 1997, s. 121–124. Ačkoli v této publikaci je pozornost zaměřena na jihočeská panství, lze jistě uvedené obecné údaje paušalizovat, především pak informace o zásobování panských kuchyní v jiných panstvích.

⁹Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 161.

K tomu je ještě třeba si uvědomit, že každá snídaně, oběd, svačina i večeře se skládaly z několika chodů, a trvalo nějakou dobu, než to všechno strážník spořádal. Lze tedy hovořit o prakticky neustávajícím přísunu jídla. Není tedy divu, že měli doktoři za určitou povinnost alespoň sepsat určité rady a návody, jak i při častém stravování neuškodit svému zdraví.

Skladbu pokrmů připravovaných v zámeckých kuchyních určovala ústní nebo také, zejména na sklonku 16. století písemná nařízení včleněná do vrchnostenských instrukcí pro kuchmistry.¹⁰ Výběr jídla tedy v zásadě závisel na samotném pánovi, který se rozhodoval na základě své vlastní chuti, na doporučení svého kuchmistra, nebo zkušeností, které mohl načerpat na zahraničních cestách, nebo mu určité recepty mohli doporučit ostatní šlechtici při společně strávených hostinách. Jako vše ostatní, tak i jídlo jistě podléhalo módě. Inspirace se brala především ze zahraničí a za vzor pak nejlépe sloužily hostiny na dvorech jiných vysoce postavených šlechticů. Co jedl sám císař, chtěli jistě ochutnat i jeho poddaní a zároveň se pro ně stalo prestiží, když mohli tvrdit, že si pochutnávají na tomtéž pokrmu, jaký je předkládán před samotného císaře. Inspiraci při výběru receptů mohli nacházet kromě v tuzemských i v zahraničních kuchařkách, dále při návštěvách cizinců, kteří přiváželi řadu tipů a postřehů z cizí, trendové kuchyně. Přejímání určitých receptů ze zahraničí je jistě doložitelné. Winter ve svém díle cituje rozhořčeného kněze Zámorského, jenž říká: „žádný národ nedělá se krojem a jídlem i nápojem čímsi jiným jako národ český; již neumějí se Češi obléci, najísti, napítí po česku, ale po vlasku a německu". Slovy jiného kněze, Štelcara, se dozvídáme, že: „páni a měšťané už nechtějí jísti po staročesku, nýbrž po vlasku, vlaské krmě jako paštyky, dorty, mandlové a cukrové koláče..."¹¹ Hrdlička píše, že Lobkovicové, Pernštejnové, Rožmberkové, Švamberkové nebo Žerotínové mohli zprávy o nových druzích koření a jiných poživatinách čerpat z týdenních psaných novin.¹²

¹⁰J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 221. Autor konkrétně zmiňuje, že podoba jídelníčku velmože a jeho rodiny společně s předními dvorskými osobami měla být podle textu nařízení Petra Voka z Rožmberka z roku 1596 určována nejméně den předem, kdy o ní měl kuchmistr informovat svého pána. Dále také Fridrich Kounic si přál, aby mu skladbu servírovaného jídelníčku sdělili před každým jídlem.

¹¹Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 188.

¹²J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 188. Viz Zdeněk ŠIMEČEK, *Novinové zpravodajství v předbělohorských Čechách*, *Folia Historica Bohemica* 11, 1987, s. 288.

2.1. Každodenní jídelníček

Prvním pokrmem dne byla snídaně. Ta se zpravidla skládala z polévky, různých druhů pečiva, vína a patrně i ovoce a zeleniny. Maso se k polévce nepodávalo většinou žádné. Naopak o poznání bohatší sestava jídel byla předkládána při obědech a večeřích. Hrdlička ve své práci zmiňuje, že v žádném vrchnostenském nařízení, které vymezovalo skladbu jídel dvorských osob, nebyly rozlišeny pokrmy servírované při obědech a večeřích. Rozlišení mezi nimi bylo nejspíše minimální. Oběd i večeře se skládaly z velkého množství chodů. Prvním v pořadí bývala většinou polévka, nejčastěji pak vývar z masa s přidanými kroupami nebo chlebem. Dalšími častými druhy polévek byly česneková, kyselá, kvasná, syrná nebo zadělávaná z rýže. Polévka, která se podávala k večeřím, byla nejčastěji vařena ze starého piva.¹³ Častou přísadou do polévek se na sklonku 16. století stal parmazán, tvrdý sýr dovážený z Itálie. Protože hlavní složkou jídelníčku panských hostin bylo maso, nepřekvapí, že další chody nošené po polévce byly již složeny především z něj. Počet nošených chodů narůstal především v 16. století. Josef Hrdlička uvádí, že na tabuli Kateřiny Rožmberské z Ludanic nikdy nepříslušelo méně než deset „krmí“, tedy chodů jídel.¹⁴ Skutečnost, že větší množství chodů bylo pro pány zcela běžné, dokládá i fakt, že Jiří Lobkovic, který byl vězněn v roce 1605 na Lokti, dostával i ve vězení k obědu i k večeři po šesti jídlech, jak byl zvyklý.¹⁵ Vratislav z Pernštejna roku 1572 vyžadoval dokonce čtrnáct chodů jídel. Fridrich z Kounic si roku 1617 přál, aby se k panskému stolu, k němuž zasedl společně s manželkou a čtyřmi dvorskými osobami, dávalo každý den k jídlu mimo postů šestnáct chodů. Na ně připadlo dvanáct liber hovězího masa, z nichž kuchaři připravili polévku, odvářku, sekané šišky a k večeři pak hovězí pečení. Z telecího a skopového masa si vyžádal telecí paštiku, skopové maso s bílou omáčkou, telecí maso se zlatou omáčkou, pečínku nebo maso s angreštem či citronem.¹⁶ Bez masa se jídelníček během obědů a večeří urozených pánů a dam zkrátka neobešel. Dokladem je i následující rým, který cituje Winter ve svém díle, převzatý z tzv. Rytmovní knížky:

„Koury, husy, maso, hovězina,
to náleží na měšťanína,

¹³František TEPLÝ, *Příspěvky k dějinám českého zemědělství*, Praha 1937, s. 254 - 255.

¹⁴Josef HRDLIČKA, „...kuchyni svou k správě tobě poroučím“. *Kuchyňský personál v rezidencích posledních pánů z Hradce a Rožmberků*, Jihočeský Sborník Historický 65, 1996, s. 148 - 169, zde s. 161.

¹⁵Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 165.

¹⁶J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 223.

kapouny, ptáky a jinou zvěřinu,
nech toho pánu a zemanínu,
hrách, slaniny a kroupy,
to sluší na sedláky a troupy."

Toto pořekadlo bylo mezi šlechtou nejspíše dodržováno, neboť Winter uvádí, že paní Dorota Kordulová ze Sloupna v roce 1586, když měla jíst pečení nebo odvářku, litovala, že není chlapkyně (tj. selka), že to nemůže jíst, může jen slepice a kuřata.¹⁷ Což se dá jistě pokládat za přehnané tvrzení, neboť jak jsem již zmínila výše, i šlechtici ve vyšším postavení si rádi pochutnali na pečínce nebo odvářce. Zde šlo nejspíše pouze o jisté upozornění na výjimečnost postavení oné paní Doroty, která dávala jasně najevo, jak se odlišuje od neurozených lidí.

Samozřejmě, že se obědy a večeře neskládaly jen z masitých pokrmů, ačkoli především na nich byly založeny. Na jídelních tabulích se tak velmi často objevovaly od první čtvrtiny 16. století paštiky a dorty. Pro osvěžení jídelníčku a pestrosti prostřeného stolu bylo podáváno různě upravené ovoce, zelenina a z nich dělané saláty. V závěru bylo před strážníky předkládáno značné množství rozličných koláčů a sýrů. Na sklonku 16. století se sem přiřadil ještě tzv. norimberský perník, piškoty, marcipán nebo konfety. Aby tyto zákusky a sladké tečky uchovaly svůj vzhled i chuť v horkých letních dnech, dával se společně s nimi na hodovní stůl i led.¹⁸

Existovaly církví určené dny, kdy bylo nařízeno dodržovat půst, prakticky to pak znamenalo nejíst žádné maso kromě ryb. K postnímu času patřilo čtyřicet dní před Velikonocemi, suché dny, významné církevní svátky i každý pátek a sobota v týdnu.¹⁹ Katolické půsty měly ovšem různou kvalitu nebo úroveň. Rozlišovala se tzv. újma a zdrženlivost. Při újmě bylo dovoleno najíst se dosyta jednou za den, avšak ne před polednem, a ráno i večer pojíst jen něco málo pro občerstvení. Zdrženlivostí pak bylo míněno zdržení se konzumace masitých pokrmů.²⁰ Důvody k držení půstu bylo několik. Církev pak zdůrazňovala odčinění lidských hříchů a „nezřízené žádosti". Půst vcelku podporovali i doktoři, kteří v něm spatřovali možnost očištění těla a jeho zásluhou se měla oddálit

¹⁷Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 164.

¹⁸J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 224.

¹⁹TAMTÉŽ, s. 183. autor odkazuje na Šimona Lomnického z Budče a jeho spis *Postní zvyk, to jest krátký a pobožný spis a křesťanské naučení o zvyklém, starobylém a křesťanském postu, kterémužto jeden každý zvykati a jak od hříchů tak od zapověděných pokrmů se zdržovati a církve svaté v tom poslouchati povinen jest*, Praha 1589, fol. 3 – 9.

²⁰M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 266.

i přílišná záliba v jídle a pití. Kromě těla se půstem čistila i duše člověka, která se tak soustředila na přijetí svátosti. Dalším důvodem pak mohl být jistý příslib, že když člověk bude dodržovat postní dny, směřuje k věčnému blahoslovení. Základ postního jídelníčku měla tvořit zelenina, ovoce a různé druhy omáček. V menší míře bylo dovoleno konzumovat chléb a pít víno.²¹ Mnoho urozených pánů si na postní dny stěžovalo, dokladem toho jsou různé korespondence, či deníky.²² Postní stravu označovali za mdlou, nechutnou a měla vzbuzovat rychle pocit hladu. V těchto postních dnech si panstvo pochutnávalo na kaprech a štikách, upravených na několik způsobů – v omáčkách, nadívané, pečené, zadělávané či smažené. Kromě kaprů a štik se samozřejmě podávaly i další druhy ryb a s nimi také raci nebo šneci. Z postních dnů však byli zcela vyjmuti chudí, poutníci, poslové, námezdně pracující, děti, mládež do jedenadvaceti let věku, kojné a těhotné ženy.²³

2.2. Šestý smrtelný hřích: Obžerství

Pýcha, lakomství, závist, hněv, smilstvo, nestřídmost (obžerství) a lenost. Kdo by neznal výčet sedmi smrtelných hříchů. V hýřivém způsobu života šlechty bychom jich mohli nalézt jistě v mnoha případech více, než jen nestřídmost neboli obžerství, ale vzhledem k tématu mé práce je to především tento smrtelný hřích, na který je záhodno upozornit. Ve 14. století bylo obžerství dokonce umisťováno na první místo ve výčtu sedmi smrtelných hříchů. Samozřejmě, že na tento společenský nešvar upozorňovala především církev, a byla to i ona, která postupem času zavedla řadu postních, očištných dnů. Kromě církevních kázání existovaly i mravokárné spisy, které obžerství také haněly jako „velmi mrzutý hřích“. Jejich autoři jej pokládali za příčinu různých negativních jevů. Způsobovalo podle nich zdravotní potíže a neprospívalo lidské duši, tělu ani rozumu.²⁴ O důležitosti a významnosti dodržování

²¹J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 183.

²²„Já, který jsem se včera i dnes dobře najedl a napil, mohl sem dobře ten půst vystáti.“ list z 11. října, 1631, Noemi REJCHRTOVÁ, Karel Starší ze Žerotína. Z korespondence, Praha, 1982, s. 359., O trápení „bídneho těla“ pomocí „postních krmí“, František DVORSKÝ (ed.), Zuzana Černínová z Harasova. *Dopisy české šlechtičny z polovice 17. století*, Praha 1886, s. 279.

²³J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 184. Autor zde doplňuje ocitovaný text z Šimona Lomnického z Budče, *Postní zvyk...*, fol. 49., „Ženy těhotné, které netoliko nemohou, ale ani také nesmějí se postiti, zvlášť jestli nebezpečnoství plodu nastává,... neb ony pokrm přijímají netoliko za sebe, ale také za svůj plod... A také ženy těhotné obyčejně rozličné chťiče rozličných krmí mívají, kterýchž kdyby dojití nemohly, plod by potratily a před časem nedochůďčátko rodily.“

²⁴J. HRDLIČKA ve svém *Hodovním stole*, s. 184., uvádí autora Šimona LOMNICKÉHO Z BUDČE a jeho spis, *Postní zvyk, to jest krátký a pobožný spis a křesťanské naučení o zvyklém, starobylém a křesťanském postu*,

střídmosti v jídle i pití hovoří snad každý lékař, který se kdy zabýval stravováním. Celým spisem Jana Koppa z Raumenthalu, *Gruntovním a dokonalým regimentem zdraví*, tak prostupuje jeho apel na dodržování správné míry při všem, co by kdo konzumoval a odkazuje se i na lékařské historické osobnosti, které radily totéž. Stejně tak v překladu Adama Hubera z Riesenpachu životosporného spisu *Regimentu zdraví Henricha Ranczovia* nalezneme snad ve všech kapitolách důrazné varování před obžerstvím a nedodržováním střídmosti a míry v jídle celkově.

Také v mnoha uměleckých dílech byl tento smrtelný hřích ztvárněn, ať se již jednalo o obrazy, sochy nebo literární díla, vždy měl lidi varovat před možnou zkázou, která zahubí, pokud tomuto hříchu propadnou.²⁵ Jak uvádí Winter, bylo obžerství častým nešvarem, kritizovaným řadou kazatelů. Jedním z nich byl jakýsi kněz Rvačovský, který naříkal, že se obžerství rozmáhá: „Jest ted' největší kratochvílí žráti a píti do rána až přes noc do svítání." V překladu díla francouzského humanismu *Theatrum mundi minoris*, kterého se ujal Nathanael Vodňanský z Uračova, popisuje problém rozmáhajícího se obžerství pro francouzské prostředí, nicméně stáhnout ho lze jistě i na podmínky v českých zemích. „Člověku ani potravu zemské, ani ovoce a byliny, ani ryby mořské, ani ptactvo nebeské, ani zvěř lesní nepostačují, než aby všecko po jednou pohltit, požral a rozptýlil. Bože věčný, kterak sobě člověk rozmanitě vymyšlenými kuchařskými mistry vyhledává lahůdky, přirozené věci kazí, takže ubohé hrdlo, jsouc tím nezpůsobným obžerstvím porušeno, musí mimo povahu a potřebu bezděčně pokrmy a nápoje do sebe cpáti, líti a se ožířati. Žaludek pak, jsa přeplněný, škodlivé páry k nepodstatnějším nástrojům smyslů lidských vypouští a je zatemňuje. Jest se také čemu podiviti, že mnohejm břicha od přílišného žrádla a pití neshnijí". Velební páni také rádi uváděli následky, které vyplývají z přílišného jídla. Tak kněz Šimon Valecius Lounský, farář u sv. Petra v Praze roku 1614 vyčetl v jednom kázání: „že to, co obžerní lidé tropí o rozkošných banketech, nerozumná hovada by nečinila, hrozí takovým všem, že dle Vergilia budou mít breptavý jazyk, oči nečisté, nohy klesající a šmatlavé, závrať, bolesti žaludku, třesení rukou a hlavy a rychlou sešlost věku". K tomu Winter doplňuje, že je

kterémužto jeden každý zvykati a jak od hříchův tak od zapověděných pokrmů se zdržovati a církve svaté v tom poslouchati povinen jest, Praha 1589, zde fol. 33 - 49.

²⁵Příkladem je známé vyobrazení sedmi smrtelných hříchů v podobě soch, vystavených v Kuksu od Matyáše Bernarda Brauna, viz obrazová příloha č. 3, dále obrazové ztvárnění sedmi smrtelných hříchů od malíře Hieronyma Bosche, viz obrazová příloha č. 4, a samozřejmě řada literárních děl, z těch klasických se pak sluší jmenovat Danteho Alighieriho a jeho Božskou komedii a Petr Binsfeld v roce 1589 přiřadil ke každému ze sedmi smrtelných hříchů jeho "patrona" démona, k obžerství pak patří Belzebub.

všeobecně známo, že i Jan Amos Komenský drasticky líčil následky obžerství. I on mluvil o nečistých očích, třesoucích se rukou a k tomu zmiňoval i shnilé břicho a podagrovité nohy.²⁶

Kromě toho, že přílišná konzumace jídla byla hříchem, byla i opodstatněným zdravotním rizikem. Jak jsem již předeslala, všichni doktoři apelovali na střídmost v jídle i pití, což byl pravý opak obžerství. V případě, že se člověk přejídal, musel počítat s následky, jakými v nejčastějších případech byla dna, a z ní vyplývající nemoci pohybového ústrojí, dále pak zácpy, které působily neprůchodnost střev a s tím spojené bolesti břicha. A samozřejmě průvodním jevem přejídání se byl i celkový příbytek na váze, neboli obezita. Slovo dieta do české slovní zásoby proniklo až na přelomu 16. a 17. století. Z dnešního pohledu vnímáme tento výraz poněkud jinak, známe totiž mnoho podob diety, především pak ve formě omezení určitých druhů potravin. Smysl diety v raně novověké době spočíval především v dlouhodobém dodržování zásad správné výživy. Pokud tyto zásady strážník nedodržel a ocitl se „mimo svou dietu“,²⁷ mohly nastat zdravotní komplikace, kvůli kterým byla dieta zavedena.

K obžerství a celkové nestřídmosti patří také přílišná konzumace alkoholických nápojů, obecně nazývaná opilství. K tomuto společenskému nešvaru již existuje větší množství pramenné základny a celkově více informací. To je jistě dokladem toho, jak častým jevem tento hřích byl. V zásadě pro něj platí to samé jako pro obžerství, včetně nabádání před tímto zlozvykem církví, doktory i mravokárci. Právě ti ve spojení s opilstvím nejčastěji užívali přívlastky jako zlořečené, hanebné, proklaté a ošálené. Stejně jako u obžerství způsobovalo škody na zdraví, ale více jsou popsány negativní následky projevující se bezprostředně po požití přílišného množství alkoholu. Jedná se tedy o bolest hlavy, závrať, žaludeční potíže, nechutenství, malátnost a z těch dlouhodobějších problémů trvalejšího rázu jmenujme například tvrdnutí jater, „ztráta“ rozumu a důvtipu. Hlavními alkoholickými nápoji na dvorech velmožů a urozených pánů bylo víno, v menší míře pak pivo. Rozhodně častějším jevem na panských dvorech bylo opilství, nežli úplná abstinence. Za úplného abstinenta je v literatuře označován Vilém z Rožmberka, který se alkoholu vyhýbal ze zdravotních důvodů. Naopak mezi ty šlechtice, kteří byli vyhlášeni svým nadšením a extrémní chutí k alkoholu patří například Adam II. z Hradce, Jindřich starší ze Švamberka, Mikuláš Trčka z Lípy, Humprecht Jan Černín z Chuděnic a Petr Vok z Rožmberka.²⁸ Není proto divu, že u některých

²⁶Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 201–202.

²⁷Jaroslav PÁNEK, (ed.), *Václav Březan, Životy posledních Rožmberků I – II*, Praha 1985, s. 165.

²⁸J. HRDLÍČKA, *Hodovní stůl*, s. 231–233.

urozených osob vedla přílišná konzumace alkoholu k trvalému poškození zdraví, či dokonce smrti, ať již způsobené nehodou z opilectví, nebo selháním těla oslabeného věčným pitím alkoholu. Například Humprecht Jan Černín trpěl na „zkaženou“ krev, jak se můžeme dozvědět z vydané korespondence příslušníků jeho rodu.²⁹

Protože víno a i pivo tvořilo naprosto běžnou a pravidelnou součást jídelníčku, nebylo lehké odhadnout tu správnou míru a přestat pít ještě před příznaky opilosti. Navíc je nutné si uvědomit, že právě na pivo nebo víno bylo nahlíženo jako na běžný nápoj, pomocí kterého jeho konzumenti zaháněli pocit žízně a „dodržovali“ pitný režim. Kromě běžného popíjení při obědech a večeřích, kdy už tak se především vína rozlilo veliké množství, existovala celá řada dalších příležitostí, kde bylo téměř společenskou nutností zapojit do slavnostní události i přípitek. K tomu bylo příležitostí skutečně více než dost, při všech oslavách, ale i pohřbech na uctění památky zesnulého, na významnějších setkáních osob, které se vídaly jen jednou za čas, na uctění vzácných hostů a pak tu samozřejmě byly i osobní důvody, kdy se k pití alkoholu jedinec uchýloval z pocitu žalu a ve snaze tím řešit osobní problémy.³⁰ Opilství na panských dvorech bylo zcela běžnou praxí, jak uvádí Josef Hrdlička, nicméně opilství urozených dam vzbuzovalo ve společnosti spíše pohoršení.³¹

²⁹F. DVORSKÝ (ed.), *Zuzana Černínová z Harasova*, s. 65; Zdeněk KALISTA (ed.), *Korespondence Zuzany Černínové z Harasova s jejím synem Humprechtem Janem Černínem z Chudenic*, Praha 1941, s. 60 a 101.

³⁰K tématice alkoholů a příležitostí k jeho konzumaci viz Václav BŮŽEK, *Pijácké zábavy na dvorech renesančních velmožů (Ambras – Bechyně)*, opera historica 8, 2000, s. 137–161.

³¹Václav BŮŽEK–Josef HRDLIČKA, *Rodinný život posledních pánů z Hradce ve světle jejich korespondence*, Opera historica 6, 1998, s. 145–271.

3. Jednotlivé druhy potravin a jejich úprava

V této podkapitole bych se ráda věnovala jednotlivým druhům konzumovaných potravin, které se dostaly na panský stůl v různých formách a úpravách. Receptům a návodům na některé z vybraných pokrmů panské kuchyně vyčleňuji další samostatnou podkapitolu. Z hlediska výživy a jejich vlivu na zdraví člověka budou jednotlivé potraviny popsány až v další kapitole, kde budou rozděleny podle jednotlivých kategorií, ke kterým ten který druh jídla náleží.

Pečivo

Téměř ke každému jídlu neoddiskutovatelně patřilo pečivo. Ať již samotné, jako příloha k hlavnímu pokrmu, nebo jako součást receptu, kdy se v rozemleté, rozmočené nebo natrhané podobě přidalo do polévky, kaše či jiné řidší krmě. Nejrozšířenějšíma samozřejmě nejpoužívanějším druhem pečiva byl chléb. Jeho význam u chudších vrstev obyvatelstva byl nezpochybnitelný, nahlíželo se na něj jako na dar Boží, nicméně ani na stole pánů nehrál nevýznamnou roli. Ačkoli kuchařky z 16. století uváděly více receptů na rozličné druhy chleba, na panském stole se objevoval pouze žitný chléb.³² Podával se především jako příloha k masitým chodům, a především pak k zajídání polévek a kaší. Kromě chleba se jedlo i jiné pečivo. Především v postních dnech se pak jídelníček pánů rozšířil o bílý chléb, preclíky a žemle. Preclíky a žemle se na stůl nosily samostatně, někdy je kuchaři smažili nebo je přidávali do omáček na zahuštění. Speciálně upravený bílý nebo žitný chléb sloužil k přípravě topinek. Topinky se naházely do „jíchý“,³³ aby se povařily a změkly, pak se scedily, znovu se hodily do jíchý a nechaly se úplně rozvařit v hustou kaši neboli „houšťku“. Jindy se topinka usušila a vcelku se servírovala s masem, které se na ni položilo.³⁴

Pro slavnostnější příležitosti se pekly oplatky k marcipánům, calty a piškoty. Kromě dortů se z pšeničné mouky pekly v zámeckých kuchyních i koblihy a koláče zdobené rozinkami.³⁵ K sladkému pečivu tedy patřily koláče, mazance, koblihy, perníky a oplatky. Mazance se pekly stejně jako dnes převážně jen na Velikonoce, do těsta se nepřidával cukr,

³²To, že naši předci dokázali upéct skutečně mnoho druhů chleba dokazuje ve své publikaci Zikmund Winter, kde všechny druhy chleba vyjmenovává: žemlový, vlašský, žitný, „sušcový“, nakyslý, mazancový, ječný, preclíkový, prosný, žaludový, jáhlový, pohankový, rezný, oplatkový, koláčový a perníkový viz Z. WINTER, *Kuchyně a stůl našich předků*, s. 15.

³³Řídká, vařená kašovitá krmě

³⁴Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 167.

³⁵V. BŮŽEK – J. HRDLÍČKA, *Dvory velmožů s erbem růže*, s. 129.

ale pouze sladká smetana, do níž se nasypala bílá mouka, přidaly se kvasnice, vejce a koření. Tím byl šafrán a hřebíček. Do propracovaného těsta se nasypal ještě strouhaný sladký tvaroh. Existovaly ale i mazance, které byly určené i ke dnům mimo Velikonoce. Tím byl také jakýsi koláč upečený z krajíčků sušeného chleba, namočených vevíně, a proložených makovou nebo mandlovou kaší. Koblihy se ze začátku příliš nepodobaly těm, které známe dnes, byly to spíše slané paštiky pečené ve formě. Náplň se dělala z tvarohu, vajec a mandlí. V 17. století se již objevují koblihy vykrajované do kruhu, nejčastěji slané a s masem. Objevují se však již ve sladké podobě, sypané cukrem, v průběhu 17. století obliba sladkých koblih stoupá a slané ustupují do pozadí. Perník také prošel dlouhým vývojem. Postupem času se na jeho výrobu specializovali dokonce tzv. perníkáři, protože perník se stal vyhledávanou a velmi oblíbenou pochoutkou na panských dvorech. Oplatky se plnily zavařeninami a používaly se také na vytváření květů na kuchařských veledílech, která byla pastvou pro oko a podávala se při speciálních příležitostech a slavnostech, kde zdobila slavnostní tabuli.³⁶

Maso, maso a zase maso

Jak jsem již několikrát zmínila, základní a tudíž nejčastější složkou v jídelníčku šlechticů bylo bezesporu maso. Kromě chuti bylo dalším důležitým důvodem to, že bylo drahé a ne každý si ho mohl v takové míře dovolit, tudíž hierarchicky oddělovalo společnost na bohaté, chudší a chudé. Podle toho se také množství a frekvence výskytu masa objevovala na stolech sestupně od nejbohatších k nejchudším. Pro šlechtice pak maso představovalo hlavní díl jejich denního jídelníčku, především pak od poloviny 16. století až do poloviny století následujícího. Maso doslova různých tvarů, chutí a vůní. Hovězí, telecí, skopové a vepřové, drůbeží a zvěřina, mezi níž se řadili i drobní ptáci, to vše se na stoly urozených pánů podávalo denně k snídaním, obědům i večeřím, ovšem jen mimo přísně dodržované postní dny. Prakticky to znamená, že maso se jedlo v různých úpravách čtyři dny v týdnu po čtyřicet šest týdnů v roce.³⁷ Ostatní dny jeho zástupní roli splňovaly postní jídla, hlavně pak pečené a vařené ryby.

Nejhojnější zastoupení v šlechtických kuchyních mělo hovězí maso, po něm pak telecí a skopové. Hovězí maso se připravovalo jak ve vařené, tak i pečené úpravě. Kuchaři si uměli poradit i s přípravou hovězích žaludků, jazyků, osrdí, brzlíků, drstek i kravských vemen. Všechny druhy masa, tedy i hovězí se často pro zpestření jídelníčku udily. Josef Hrdlička při

³⁶M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 57–59.

³⁷V. BŮŽEK – J. HRDLIČKA, *Dvory velmožů s erbem růže*, s. 127.

studování kuchyňských účtů došel dokonce k procentuálnímu vyčíslení spotřeby masa na určitých dvorech. Tak například na jindřichohradeckém zámku činil mezi léty 1591– 1596 podíl hovězího masa na celkové spotřebě (tedy musí se brát v úvahu, že nejen šlechtici, i když ti především, mohli být jedinými strávníky hovězího masa z celého zámku) více než 80%.³⁸ Dále také autor uvádí, že právě v účetních pramenech je hovězímu masu přisuzována důležitější role než ostatním druhům masa, neboť je vždy uváděno na prvním místě. Za třináct týdnů roku 1589 bylo na jindřichohradeckém zámku z celkové sumy 8388 liber spotřebovaného hovězího masa připraveno 5471 liber vařením (65,22%), 2835 liber pečením (33,80%), a u 82 liber (0,98%) nebyl způsob úpravy uveden. Pro ilustraci, hmotnost jedné libry činila 0,514 kg.³⁹ Na sklonku 16. století si páni svůj jídelníček zpestřovali ještě hovězí italskou šunkou a salámem. Z hovězího masa se také dělala polévka, která pro svou sílu a sytost byla velmi oblíbená. Z hovězí polévky se také dělaly šišky, někdy nazývané knedlíky, pokud nebyly přímo z masa. Tlačily se z husté polévkové kaše a vajec drátěným či jiným očkem na pánev, smažily se a potom ocukrovaly. Hovězí polévka pak společně s vínem tvořila základ pro omáčky ke zvěřině. Na omáčky se míchala s jablky (žlutá omáčka), nebo se švestkami (černá omáčka). Vařené hovězí maso se podávalo nejčastěji s omáčkou z pórku, vína či octa a zelené petržele. Nejedná se však o omáčky v takové podobě, v jaké je známe dnes, nalité přes celý talíř. Těchto omáček se jedlo jen málo lžic a jenom k masu, jedinou přílohou byl chleba. Vařené hovězí maso se pak často sekalo a míchalo s vejci a kořením, někdy nasladko s hruškami a s jablky do jakési kaše. Často se pro pikantnost přidávalo víno. K pečení se vybíralo maso ze zadní kýty, které se pořádně naklepané přes noc namočilo. Po vyjmutí z nálevu se nejprve peklo na roštu a potom dusilo s octem nebo vínem, posekanou cibulí a kořením. Ze svíčkové pečeně s omáčkou, dušené s jablky a slaninou se pekly v těstě paštiky.⁴⁰ Jistou kuriozitou byl pokrm, nazývaný „jelen z vola“, který popisuje Winter ve svém spise s odsouzením, jak kuchaři vydávali jedno maso za jiné: Nakrájej sprostého vola, ponoř jej do krve volské nebo slepičí a do toho vsyp všechno možné koření, co se sluší ke zvěřině a pořádnou porci jalovcového chvojí.⁴¹ Ačkoli tento pokrm s jelenem nemá nic společného, nejspíš jeho úprava na způsob jelena způsobila chuťový dojem, že se skutečně o jelení maso jedná.

³⁸J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 189.

³⁹Tamtéž, s. 190.

⁴⁰M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku* s. 83–86.

⁴¹Z. WINTER, *Kuchyně a stůl našich předků*, s. 27.

Spotřeba telecího masa byla již nižší, nicméně s ohledem na ostatní druhy masa pořád dost vysoká. Zpracovávaly se i telecí vnitřnosti, jakými byly játra, osrdí a „telecí nožičky ke smažení“, často se pak z telecího masa připravovaly klobásy. Jinak se telecí nejčastěji peklo a dusilo. Z telecí kýty se připravovaly tzv. ptáčky nebo vinoutky, z nichž jeden druh se nazýval španělské ptáčky. Nádivka byla ze sekaného masa, žemliček a žloutků s různým kořením nebo česnekem a cibulí. Ptáčky se pak polévají speciální omáčkou. Kromě toho se také připravovaly tzv. telecí topinky, dnes bychom spíše řekli přírodní řízky, jednalo se totiž o klasické plátky masa, opečené na pánvi, dochucené kořením a přelité různými omáčkami. Nejčastější úpravou však bylo telecí maso posekané nadrobno a silně okořeněné. S přídavkem hovězího masa se hnětly koule, které se zavářely do omáčky. Jindy se zase připravovaly šišky nebo knedle. Zhotovovala se také „karbanata“, kaše nebo paštiky. Knedle se dokonce někdy připravovaly na sladko, pocukrovaly se a polévaly máslem. Mozeček a brzlík se smažily na másle s nakrájenými žemlemi a vajíčky. Z mozečků se upravovala kaše s vínem, moukou, vejci a cukrem nebo medem. Někdy se posypávala i skořicí. Játra se špikovala nebo nadívala a pekla na rožni. Kaše se vařila i z telecích paznehtů či nožiček s vínem, medem a kořením, případně ještě s moukou a vařenými višněmi. Z telecí krve, podobně jako z jehněčí nebo zaječí, se vařila tzv. hazmuka, tj. krevní kaše s krupicí. Telecí maso se použilo i při přípravě různých druhů zeleniny. Tak bylo možné na stole nalézt upravenou hlávku zelí plněnou nasekaným telecím masem.⁴² Winter uvádí zvláštní způsob úpravy telecího masa, tento chod byl označován jako „večeře králová“: Vezmi kus telecího masa, na ně nasekej slaninu, tomu pepř, hřebíček a zázvor a to vše vlož v telecí bránici, oviň čistými vepřovými střevy klobásnými a peč na rožni nebo roštu, poté nakrájej, posyp zázvorem a podávej k jídlu pánům a velkým pánům“. ⁴³ V jiné své práci zase Winter uvádí jinou přípravu jak pro hovězí, tak pro telecí maso: Uvař hovězí v krvi, posyp jej jalovcem a máš hovězí nadivoko. Nebo nadij telecí hrudí nádivkou ze sekaného masa, z mandlí, hrozinek a máš další úpravu hodnou stolu pánů. ⁴⁴

Dalším v pořadí nejhojněji konzumovaným masem bylo skopové. Zde se však ve svém tvrzení rozchází Winter a Hrdlička, když první jmenovaný ho klade ve výčtu hned za hovězím, tedy na druhé místo a telecí staví až na místo třetí. Nicméně vzhledem k novějším a podle statistických výsledků přesnějším argumentům se kloním k názoru Josefa Hrdličky v jeho sestaveném pořadí. Skopové maso společně s telecím se servírovalo spíše

⁴²M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 87–88.

⁴³Z. WINTER, *Kuchyně a stůl našich předků*, s. 28.

⁴⁴Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 168.

k večerím, nežli k obědům, snad proto, že bylo lehčí na zažívání a tudíž na noc strávnicka tolik nezatížilo, jako hovězí. Kromě masa a vnitřností se od řezníků kupovaly také „skopové hlavičky“ a beránci. Všechny tři druhy zmiňovaného masa se nasolené udily nebo nakládaly do různých druhů láku. Ke skopovému masu se samozřejmě řadí i jehněčí maso, které bylo oblíbené pro svou křehkost a jemnost. Jeho úprava pak byla stejná jako u jiného masa, častěji se peklo, někdy se nadívalo, či vařilo. Skopové maso se vařilo společně s kapustou nebo se dusilo s cibulí, hruškami a hovězí polévkou. Jindy se sekalo na karbanata s česnekem nebo se dávalo do klobás spolu s vepřovým masem. Opravdovou lahůdkou však bylo jehněčí nebo beráncí maso. Celý beránek se nadíval vcelku, případně se nejdříve rozřízl a nadil a potom opět sešil do původní podoby. Pečený beránek bez nádivky se podával například s černou omáčkou ze švestek, jablek, chleba, mandlí, rozinek a vína. K vařenému beránku se podávala polská omáčka ze smažené cibule, vína a koření, jindy zase omáčka z vína a vajec. V 17. století se od přípravy beránka vcelku opustilo a nadívalo se pouze jehněčí hrudí a zpracovávaly se jen kusy masa. Současně se objevuje příprava masa v sekané formě a touto sekaninou se nadívaly koblihy z jehněčích podbřišků, což byla zapečená směs z vařených podbřišků, tvarohu a žloutků. Zvláštností je pak mladé jehněčí nebo kuřecí maso se zeleným hráškem, případně s nezralým angreštem nebo hroznovým vínem. Výjimečně se ke skopovému masu nebo k beráncí pečení dávala trocha medu nebo cukru.⁴⁵

Vepřové maso neměli urození páni v takové oblibě. Dokazují to jak výkazy v kuchyňských účtech, tak i ne zrovna početné recepty na jeho přípravu. Nejčastěji se ale připravovalo jako pečeně. Z vepřového masa a vnitřností se od poloviny 16. století v zámeckých kuchyních připravovaly jelita, jitrnice a klobásy s pepřem. Výraznější zálibu v této zabijačkové úpravě vepřového masa našli šlechtici až počátkem 17. století. Úprava jitrnic a jelit však nebyla taková, jakou ji známe my dnes. Jednalo se o sekané okořeněné maso, zašité do stažené vepřové kůže a uvařené ve vodě, vínu a octě. Po vychladnutí se jelítka pro snazší konzumaci krájela na plátky. Objevují se však i skutečná jelítka s kroupami a krví, nebo s krví, nakrájenou žemlí a smetanou a kořeněná pepřem, zázvorem, majoránkou a kmínem. Jelítka z krve se nadívala do vepřových střev. Jitrnice pak byly z jater, srdce a osrdí se sádlem, pepřem, zázvorem, hřebíčkem, majoránkou a kmínem, ale bez žemle. Klobásy se dělaly buď ze samotného vepřového masa, nebo se k němu přimíchalo ještě hovězí. Velmi pracná a nákladná byla tzv. „španělská polévka“ z vepřové pečeně, klobás, pečených ptáků, kapounů, holubů, hovězí polévky, vajec a strouhaného sýra. Spíše nežli polévka to byla jakási

⁴⁵M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 91–92.

směs masa, pokrytá osmaženým chlebem a zalitá horkou omáčkou.⁴⁶ Přednost před masem z dospělých vepřů dávala urozená společnost malým selátkům.⁴⁷

Oproti méně frekventovanému vepřovému masu byla drůbež skutečně vyhledávanou a často připravovanou pochoutkou. K drůbeži řadíme kuřata, slepice, kohouty kapouny, husy, krůty a krocany. Společně k nim můžeme přiřadit i malé lesní ptáky a ptactvo patřící do zvěřiny, jako například bažant,⁴⁸ tetřev, křepelka nebo koroptev. Slepice byly upřednostňovány před kuřaty, oboje se pak podávalo k obědům i večeřím. Způsob úpravy byl velmi rozmanitý, nejčastěji se drůbež pekla a vařila, někdy se maso posekalo a použilo se do drůbežích paštik. Pouze v malém množství se na velmožův stůl dostali kapouni, kohouti a holubi. Mladá holoubata našla využití především při zhotovování paštik. Je až s podivem, jak častou složkou jídelníčku byli v různých formách úprav připravováni malí lesní ptáci.⁴⁹ Podle Wintra byla kuřata strojena s cibulí, šalvějí ve víně a se šafránem, dále se skořicí, zázvorem a jiným rozličným kořením. Kuřata se také nadívala různými nádivkami. Mezi malé lesní ptáky řadí slavíky a drozdy a upravovali se například dušením v kopřivách.⁵⁰ Slepíčí polévka byla nejčastěji vařeným druhem mezi polévkami. Kořenila se bobkem a někdy kořenem nebo natí petržele. Pro pikantnější chuť se pak přidával muškát, květ nebo oříšek, pepř či dokonce skořice. Vařená slepice se podávala s křenem, rýží, sušenými krajíčky chleba nebo omáčkou. Ta byla zhotovována ze švestek a vína, česneku, slaniny a pepře, petržele, šalvěje a máty. Sladká omáčka se připravovala ze slepičí polévky a mandlí, na závěr se pokrm ještě posypal cukrem nebo skořicí. Jídlem pro reprezentaci a slavnostnější události byla tzv. slepice bez kostí. Postup byl následovný: slepice se stáhla, avšak hlava, krk a nohy se nechaly u kůže. Část masa se ořezala, část ponechala na kostech a spolu s nimi se uvařila. Syrové a vařené maso se posekalo, smíchalo s vejci, krájenými mandlemi, hřebíčkem, pepřem, zázvorem a šafránem a touto směsí se naplnila slepičí kůže. Nadívaná slepice se pak uvařila v hovězí polévce s petrželí a kusem slaniny. Vařené kosti se roztloukly se slaninou a sušenými krajíčky bílého chleba a vzniklá směs se rozředila polévkou a okořenila zázvorem, šafránem a pepřem. Slepice politá touto omáčkou se podávala i s hlavou a nohama. Ne tak často, ale přece někdy se na slavnostní tabule dostal i kohout. Uvařil se, posekal a podával v huspenině. Hlava a nohy se nechaly a dávaly se na mísu pozlacené jako ozdoba. Kuřata se podávala často

⁴⁶M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 89 – 90.

⁴⁷J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 192.

⁴⁸Viz obrazová příloha č. 5

⁴⁹J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl 2000* s. 193–194.

⁵⁰Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 175.

s omáčkami. Ty byly nejčastěji trojího typu: černá z krve kuřete a žlutá s citrónem, máslem, vínem, šafránem a zázvorem, zelená pak byla omáčka s petrželkou. Nádivka do kuřete se připravovala ze smetany, slaniny, jáhel, vajec, rozinek a šafránu, někdy dokonce z raků. Nadívaná kuřata se pak pekla na rožni. Kapouni se připravovali stejným způsobem jako slepice nebo koroptve. V 17. století se ale jejich příprava začala specializovat a zřejmě se i jejich chov rozšířil. Kapoun se tehdy nadíval nádivkou z jater nebo telecích ledvin, někdy dokonce z hlemýžďů a ústřic. Doporučovaná pak byla nádivka z kaštanů, zde je cítit patrný vliv italské nebo francouzské kuchyně. Páv byl pokrmem spíše na podívanou a ke zkrášlení slavnostní tabule. Vzhledem k tomu, že právě pro ozdobnou funkci se vystavovala hlava a ocas, nepodřezával se, nýbrž zapichoval do hlavy a před pečením se hlava a ocas ovinovaly čistým plátnem a pomazávaly řídkým těstem. Před servírováním se vše očistilo, připevnila se pozlacená křídélka a vše se pečlivě ozdobilo.⁵¹ Krocani se u nás objevují až v 17. století.⁵² Pečeného indiána nebo indiánskou slepici, jak se krocانovi a krůtě říkalo, kuchař podával se složitou omáčkou z vína, mandlí a koření. Pro vůni se přidávala ještě růžová voda. Vodní ptáci, například divoké kachny, lysky nebo potápky, patřili k jídlům postním jako ryby, raci, žáby či želvy a dokonce i bobři.⁵³ Josef Hrdlička pak ještě doplňuje, že výjimečně si páni pochutnávali i na čápech.⁵⁴

Ke snad nejoblíbenějším masitým pokrmům urozených pánů patřila zvěřina. Na jejich tabule se dostávala poměrně často, hlavně pro její chuť i tučnost a také byla často hmatatelným důkazem lovecké úspěšnosti urozených pánů. Zvláště při slavnostnějších hostinách, na které pozvali své hosty, se rádi pochlubili svými úlovky z lovu. Většinou se jednalo ale jen o pár kousků a většina zvěřiny pocházela z panských lesů, kde se o ni starali místní hajní. Do kuchyně pak putovali srnci, srny, jeleni, laně, zajíci, kačeři, koroptve, bažanti a divocí vepři nebo kanci. Jen ojediněle měli kuchaři na starost upravit maso kormorána, bobra či medvěda.⁵⁵ Tomuto tvrzení však odporuje Winter, když píše, že urození páni medvědy vůbec nejedli, protože jim jejich maso bylo „hrubé“. Pouze medvědí paznehty ve sladké úpravě, tedy na medu, hřebíčku, zázvoru a řádně pocukrované byly občasou

⁵¹Winter ještě dodává, že se pávi často nadívali jiným druhem masa, nebo se do nich cpali různé paštiky a ty pak hosté z ozdobeného ptáka dolovali, viz *Kuchyně a stůl našich předků: líčení dějepisné ze XVI. století*, Praha 1892, s. 26.

⁵²Tento údaj uvádí M. BERANOVÁ, nicméně Winter ve svém spise poznamenává jednu událost, která tomuto tvrzení odporuje: roku 1583 se měl pan Nostic obořit na rakovnické řezníky, když mu jejich psi zadávali jeho indiánské kohouty, viz *Kuchyně a stůl našich předků: líčení dějepisné ze XVI. století*, Praha 1892, s. 32.

⁵³M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 95–96.

⁵⁴V. BŮŽEK–J. HRDLIČKA, *Dvory velmožů s erbem růže*, s. 127.

⁵⁵J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 194–195.

pochoutkou pánů. Také je zvláštní, že Winter tvrdí, že páni se vyhýbali jelenímu masu kvůli jeho tuhosti. Z celého jelena prý spořádali pouze srdce nebo jiné vnitřnosti a maso se pak dostalo na stůl čeládce.⁵⁶ Beranová recept na medvědí tlapy ještě trochu upřesní. Paznehty se opálily, drápy se usekaly a pak se celé uvařily doměkka. Na omáčku se utřela hořčičná semínka, rozpustila se dobrým vínem nebo octem, přidaly se rozetřené mandle, hřebíček a zázvor a vše se přisladilo cukrem nebo medem. Medvědí tlapy se podávaly studené nebo teplé. Zvěřina obecně se zpravidla vařila, často s pivem a vínem. Jelen se například připravoval s cibulí a jablky, někdy ještě s přidavkem mandlí a rozinek. K srně se naopak jablka a cibule nedávaly, zato se vařila se švestkami nebo třešněmi. Jelenina se někdy nakládala do láku, do omáček se mohla přidávat krev. Omáčky k srně i jelenovi se připravovaly z vína, hovězí polévky, jablek, sušených krajíčků chleba, někdy se dávaly mandle a rozinky, a někdy i cukr. Z jelena se nejvíce cenila játra, která se pekla na roštu, kořenila se zázvorem a hřebíčkem a aby vydržela delší dobu, ukládala se do hrnce s medem. Podávala se nastudeno a předpis se jmenuje jelení játra nastudeno s hořčicí, ale hořčice součástí receptu není, pouze med. Z jeleních či srních jater se vařila kaše s vejci a slepičí polévkou, která se mastila máslem nebo sádlem a sladila se. Při podávání se na ni vsypala ještě špetka skořice. Je tedy patrné, že vzhledem k poměrně dobrým znalostem a informacím o receptech na jelení maso, nemohlo platit stanovisko Wintra o odmítání pánů konzumovat tento druh zvěřiny. Zajíc se vařil s cibulí i bez cibule, někdy s jablky, jindy s hovězí polévkou a vínem. Méně časté jsou pak recepty na vepřovou zvěřinu neboli kance. Opět obvyklejší příprava byla vařením a to buď v omáčce z chleba, octa a piva a koření, nebo ve složitější a u pánů oblíbenější podobě s jablky, cibulí, vínem a pivem. Další jablka se pak udusila nebo osmažila před podáváním. Ačkoli se bobr řadil k masitým pokrmům v postním období, recepty na jeho přípravu jsou většinou pohromadě s ostatní zvěřinou. Někdy se ale objevoval mezi rybami, dalším postním druhem masa. Z bobra se konzumoval jeho ocas a nohy. Vařil se ve vodě a podával se s omáčkou: sušené krajíčky chleba se namočily v dobrém víně, potom se prolisovaly nebo utloukly v hmoždíři spolu s rozinkami a přidalo se další víno. Omáčka nesměla být ani sladká ani kyselá, proto se kyselost vína vyvažovala přidáním medu nebo cukru. Vařený ocas se pak v omáčce ještě chvíli podusil.⁵⁷

⁵⁶Z. WINTER, *Šat, strava*, s.173.

⁵⁷M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 97–98.

K postním, ale i oblíbeným druhů masa patřily ryby. Do této kategorie se řadily i raci,⁵⁸ žáby, želvy a zmiňovaný a výše probraný bobr. Ke konzumovaným druhům ryb patřili především kapři, štiky, parmy, mníci, tloušti, okouni a cejni, dále pak sumci, mihule, ježdíci nebo oukleje. Z mořských ryb to byli sledi, tresky, platýsi, vyziny, ústřice a jeseteři. Pstruzi a lososi se kupovali nebo dováželi z těch panství, kde byly pro jejich chov vhodné podmínky.⁵⁹ Podle Wintra se úhoři těšili u pánů malé oblibě, naproti tomu drahý losos nesměl chybět alespoň jednou do týdne na stole samotného císaře Rudolfa II.⁶⁰ Způsobů jak upravovat ryby bylo nepřeberné množství: vaření, pečení v popelu, na roštu, na rožni, v peci, dušení, smažení, uzení, sušení, nasolování, nakládání, existují rybí polévky a haše. Někdy se čerstvé ryby krátce po ulovení podávaly syrové nebo zmrzlé a nakrájené na plátky. Podle dochovaných receptů a předpisů se jednoznačná přednost dávala štice. Ta se připravovala v oleji, nebo v másle a polévala se omáčkou s vínem, rozinkami, jablky, smetanou a podobně. Jindy se podávala jednoduše politá máslem nebo se již do vody ve vaření přidaly rozmanité přísady včetně koření, cibule a vína. Dále se štika podávala s perníkovou omáčkou, jindy s česnekem, někdy se nadívala. Méně receptů je pak na kapra, příprava byla stejná jako se štikou. Opékal se v plátcích na rožni, nebo se podával s omáčkou z kapří krve a vína nebo z krve a octa. Dále se také nadíval nebo se z jeho masa zpracovávala haše. Existuje dosti návodů na přípravu ryby zvané lampreda, což byla nejspíše okatice nebo mihule. Nejnovok, později i reynok zase představoval lososovitou marénu. Skutečný losos se buď vařil, nebo se poléval šťávou kořeněnou skořicí, zázvorem, květem a šafránem a slazenou cukrem, s mandlemi a rozinkami nebo se pekl obalovaný ve zvláštním těstíčku z posekané petrželky a šalvěje. Úhoř v „lampredové jíše“ se také přislažoval cukrem, do omáčky se dávala kapří krev, víno, chléb, rozinky a mandle. Mníci a mihule se také vařili a poléváli omáčkou, ale píše se o nich jen vzácně. Populární byla také vyza, žijící v Dunaji a do Čech dovážená. Vyzí měchýř byl důležitou součástí rosolu a huspeniny. Teprve až v 17. století se objevují předpisy na přípravu sumce. Ačkoli sumec byl oblíben již několik století předtím, na panské stoly s vylepšenými recepty se nejspíš probojoval právě až v 17. století. Ryby se často stahovaly z kůže a ta se pak plnila různými směsmi ze sekaného masa. Připravovali se tak kapři, štiky i úhoři. Existuje dokonce recept na dva úhoře z jednoho: první se pekl zvlášť bez kůže a prázdná kůže se naplnila směsí z kapřího masa. Pojem nadívaná ryba tehdy neznamenal jenom skutečné nadívání do kůže nebo do břicha ryby, ale také samu nádivkovou směs z upečené nebo

⁵⁸Viz obrazová příloha č. 6

⁵⁹J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 195

⁶⁰Z. WINTER, *Šat, strava*, s.178–179.

udušené ryby. Z kapřího masa se dělaly šišky, klobásy a kaše. Sekaným masem především z lososa a úhoře se plnily paštiky nebo tzv. mazance. K přípravě ryb se používala jablka, citróny, rozinky a mandle, na cizokrajné ryby jako byli nejnoky (marény) pak fíky. Ke štice se hodilo kyselé zelí nebo křen, v 17. století se objevuje špenát. Zelí se podávalo k „vejším“ z kapra. Z kapřího mlíčí se připravovala kaše se strouhaným nebo namočeným chlebem, slazená cukrem a medem. Jindy se mlíčí smažilo a připravovalo naslano. Jikry se vařily ve vodě a oleji s petrželí, jindy se z nich dělaly šišky a svítek. Častou úpravou ryb bylo jejich nakládání do rosolu.

Rybí šupiny se hodily i na samotnou „kyselici“, tj. studenou huspeninu. Namáčely se týden do vína, potom se vařily, zčásti roztloukly, zčásti procedily, přidalo se koření a opečený chléb, který se také rozmočil a procedil. Okořenilo se pepřem, zázvorem, hřebíčkem a anýzem a vše se osladilo medem. Rybí kosti, zejména pak z kapra se roztloukaly a přidávaly do omáček, podobně jako drůbeží. Ryby sušené a uzené nebo solené, tedy tvrdé, se nejčastěji nazývaly „štokfiš“. Pro slanečky existoval již od středověku výraz herynk či herink. Štokfiš se nejprve natloukl, a pak se na noc namočil. Teprve potom se uvařil a odkostil. Maso se připravovalo na různé způsoby: s mlékem nebo smetanou, s cibulí, s mandlovým mlékem a mandlemi, se semencem, což bylo konopné semínko, a podobně. Herynci se někdy nadívali cibulí a kořením, a potom se pekli. V první polovině 17. století se začaly připravovat ústřice, neboli austrije. Po vyčištění a otevření se polily olejem, posypaly pepřem a pokapaly citrónem. Existuje také předpis na raky v lasturách z ústřic, tedy na jakési falešné ústřice. Raci měli v české kuchyni velký význam a od středověku si ho podrželi až do počátku 19. století. Podávali se jenom vaření a loupaní, jindy pocukrovaná s omáčkou z octa a vína, dále se dávali do huspeninyze svařených kapřích šupin, krájeli se nadrobno a připravovala se z nich kaše. Z raků se dělala i nádivka do kuřete. I račí klepeta a krunýře posloužily. Uvaření, posekaní raci se dávali zpět do klepet, a ta se pak smažila na másle. Krunýře se využívaly na červenou omáčku.⁶¹ Winter ještě přidává recept na přípravu tresky: „vezmi rybu, aby nebyla žluklá, svlékni ji z kůže, peč na roštu ve dvou deskách, podlévej máslem, osol pod míru, pak vlož zahřátou rybu v těsto moučné, do něhož dals zázvor, šafrán, med a v tom peč rybu na červeno.“⁶² O ústřicích má Winter poměrně podrobné informace, poprvé se dle něj v Čechách vyskytují při hodech Viléma z Rožmberka roku 1578 v Krumlově. Na této hostině se jich mělo sníst až pět sudů. Ústřicím se přezdívalo austřice a od Rudolfovy doby sem byly vozeny z Benátek. Je jisté, že ústřice byly tehdy poměrně vzácným, ale oblíbeným pamlskem.

⁶¹M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 99–103.

⁶²Z. WINTER, *Kuchyně a stůl našich předků*, s. 34.

Nicméně například lékař Guarinoni haní ústřice jako smradlavé a nechutné. Prý ve snaze z toho jídla udělat dobrý pokrm sypou si na něj strážníci pepř, sůl a jiné koření, ale to prý nic platného nepřinese.⁶³

Mléko, sýry, tvarohy a vejce

Stejně jako dnes se i v minulosti hojně užívalo mléka při rozličných receptech a přípravě jídel. Ze sladkého mléka se sbírala smetana a z ní se stloukalo máslo. Větší využití mělo mléko kyselé, protože se z něj vyráběl tvaroh a sýr. Mléko našlo využití i v přípravě polévek. Na panské stoly se mléčné polévky často nedostaly, avšak zvláště upravené polévky ano. Jedná se tak o polévky ze sladké smetany s pivem, pивní polévku se smetanou a žloutky, smetanovou polévku s růžovou vodou a cukrem, hrachovou polévku se smetanou, višňovou nebo švestkovou polévku se sladkou smetanou a s cukrem, vinnou polévku s vejci, smetanou, žloutkem a cukrem a podobné variace těchto zmíněných. Ze smetany nebo mléka se připravovaly omáčky k masům. Je však zajímavé, že nenalezneme recept na zvěřinu, či rybu, kde by se nacházela omáčka z mléka či smetany. K vaření i pečení se celkově používalo mléko kravské, ovčí a kozí se využívalo leda při výrobě tvarohů nebo sýrů.⁶⁴

Kromě masa si páni pochutnávali i na řadě dalších jídel. Ty však sloužily spíše k dochucení nebo pro pestrost a obměnění jídelníčku. Kromě masa se tak na stolech objevovaly například sýry. Měkkým sýrům se říkalo „maldříky“. Dnešnímu strážníkovi by chutí a konzistencí nejlépe připomněly tvaroh. V zámeckých kuchyních se strouhaly a sypaly na koláče či knedlíky. Méně často se v kuchyních připravovaly tzv. „mandlové sýry“. Na jejich přípravu uvádí Čeněk Zíbrt hned pět receptů. Připravoval se ze sladké smetany sražené syřidlem, bílků a medu.⁶⁵ Na zahraničních trzích si urozené panstvo nechalo kupovat a dovážet tvrdý sýr, jako byl parmazán, který se používal na polívky a jiná jídla. Někteří se dokonce snažili o jeho napodobení na svých panstvích.⁶⁶ Obecně se k výrobě sýrů využívalo kravské, ovčí i kozí mléko. Sýr se podle tradice i rad lékařů jedl na konci hodování. Sýr, syreček, tvaroh, tvarůžek, homola, maldřík, to byly nejběžnější druhy sýrů a tvarohů ve staročeské kuchyni. Mezi vybranější a nákladnější lahůdky ale patřily jemnější sýry, které se připravovaly se šalvějí, balšámem, muškátovým květem a kmínem a sušily se v klecích,

⁶³Z. WINTER, *Kuchyně a stůl našich předků*, s. 35.

⁶⁴M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 107–108.

⁶⁵Čeněk ZÍBRT, (ed), *Kuchařství. O rozličných krmích kterak se užitečné chuti strojiti mají, jakožto zvěřina, ptáci, ryby a jiné mnohé krmě*, Praha 1891, s. 61 a 69.

⁶⁶J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 198.

posadách na půdě. Sýr se přidával do směsi z ořechů, masitých jehněčích podbřišků a kdoulí.⁶⁷

Neodmyslitelnou součástí různých pokrmů představovala vejce. Na každém panství se jich v kuchyni ročně spotřebovalo několik tisíc kusů. Kuchaři je používali k přípravě masitých i zeleninových pokrmů, smažili je na másle nebo kladli do rosola.⁶⁸ Vejce se ve staročeské kuchyni nejčastěji upravovala natvrdo⁶⁹ nebo na měkko a sázená nebo míchaná. Některé recepty však byly vcelku složité a rafinované. Například naměkko uvařená vejce se otevřela tak, aby mohl jedním koncem vytéct žloutek s částí bílku, do toho se přidala zelená petrželka, pepř, zázvor a šafrán a pak se na másle umíchala hustá kaše nebo se udělala omeleta. Ta se nadrobno posekala, přidala se syrová vejce a udělala se řídká hmota, která se nalila zpět do skořápek. Přidaly se i rozinky. Plněná vejce se uvařila, oloupala a podávala s černou kořeněnou omáčkou slazenou medem. Vejce se také přidávala do některých z ovocných kaší, například z jahod, hrušek, višní, jablek, šípků, malin či fíků. Jinak se vejce klasicky používala při pečení, vaření, jako přísady do polévek nebo při zpracovávání nádivek či těsta na paštiky. Dokonce i vaječné skořápky měly své uplatnění, někdy se do jídla přidávala totiž i celá vejce, rozetřená v hmoždíři.⁷⁰

Ovoce a zelenina

Ačkoli ovoce a zelenina dnes patří neodmyslitelně do našeho denního stravovacího návyku, v minulosti se na tento zdravý pokrm pohlíželo spíše jako na něco, co trochu ozvláštňuje jinak čistě masitou chuť. Ovoce dokonce nebylo považováno ani za zdravé, jak zmíním v další kapitole při rozebírání vlivu potravin na lidské zdraví. Ovoce se na hodovní stůl pokládalo často jen jako dekorace,⁷¹ samotné čerstvé ovoce totiž šlechtici většinou nejedli, pokud ano, tak jedině v případě, že se jednalo o subtropické, dovážené a drahé ovoce. Kromě ozdoby hodovní tabule se užívalo k vaření a pečení, zkrátka k přípravě hlavních jídel. Do kuchyní se pravidelně dostávaly švestky, hrušky, jablka, patřily sem také ořechy a to jak vlašské, tak lískové, dále hroznové víno, broskve, jahody, jedlé kaštiny, kdoule, maliny, angrešt, melouny, meruňky, míšeňská jablka, špendlíky, a třešně nebo višně. Ovoce, které nebylo možné v českých zemích z důvodu nevhodných podmínek pěstovat, se nakupovalo na

⁶⁷M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 109.

⁶⁸J. HRDLÍČKA, *Hodovní stůl*, s. 199.

⁶⁹Vizobrazová příloha č. 7

⁷⁰M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 103.

⁷¹Viz obrazová příloha č. 8

zahraničních trzích a na panské dvory se dováželo. V kuchyni se nejčastěji používala jablka a hrušky, nejčastěji k vaření a smažení, ale i k přípravě dortů nebo je v nastrouhané formě sypali kuchaři na zvěřinu či drůbež. Z višní se vyrábělo oblíbené višňové víno.⁷² Ovoce se k jídlu podávalo čerstvé, sušené nebo různě upravené. Často se stalo, že ho i šlechta pojídala jako zákusek při pití a posezení, dokonce Winter ve svém díle zmiňuje, že jistá společnost, sedící večer při pivu si poslala pro hrušky a jablka a to že navíc byli nějací páni.⁷³ Častá úprava ovoce byla v podobě kaší, oblíbené byly také tzv. „lektvaře“ či zavařeniny a marmelády, ale vařily se z něj i polévky a rosoly. Nejrozšířenější byly ovocné kaše z jablek, hrušek, švestek, třešní nebo višní, broskví, meruněk, kdoulí, malin, ostružin, jahod, šípků. Vařily se také upravované kaše z rozinek a ořechů. Přípravy jednotlivých kaší z různého druhu ovoce byly rozmanité, existuje několik desítek návodů na přípravu takových ovocných kaší. Například černá kaše se připravovala z jablek, která se předtím vařila v pivu. Hmota se smíchala s opečeným chlebem uvařeným v medu, přidaly se rozinky, pokrájené mandle a koření. Součástí ovocných kaší bývalo nejčastěji víno nebo „malvazí“ z ovoce, dále vejce, chléb a med. Mastilo se zpravidla máslem, někdy se místo vína dalo již zmíněné pivo. Pro vůni či barvu se přidávala růžová voda, bezový květ, jádra višní, meruněk, broskví, madle a rozinky. V postním čase se místo vajec dávala do kaše mouka. Studeným kaším se říkalo kyselice.

Hrušky se také nadívaly, část se jich rozkrájela na čtvrtky, oloupala a uvařila, druhá část se posekala. K posekané části se přidal med, bezový květ, hřebíček a zázvor a vše se udusilo. Uvařené rozčtvrcené hrušky se obložily dušenou hruškovou kaší, obalily se v těstě a na mírném ohni se smažily. Jak jsem již zmínila u jednotlivých receptů na přípravu masa, se ovoce užívalo právě při jeho pečení a vaření. Největší zastoupení z ovoce zde měla jablka, ta se hodila prakticky k jakémukoli masu, nejvíce se dávala ke zvěřině, rybám a rakům. Také zvířecí mozeček se míchal s jablky, vejci, bílou moukou a kořením a potom se pekl na rožni. Hrušek se nejvíce využívalo při přípravě ptáků a omáček k nim. Švestky se hodily zejména k černým omáčkám, užívaly se při přípravě beránka, vepře, slepice, ale i jelena, srny a veverek. Do omáček se někdy přidávalo hroznové víno spolu s jablky nebo dokonce s česnekem. Tato kombinace se nám z dnešního pohledu musí zdát skutečně zvláštní, ale takto pečené skopové maso s vínem, „v hrozních“ bylo vyhledávanou pochoutkou mnoho hostin.

Rozinky a mandle našly v kuchyni široké uplatnění, jen málo receptů se najde bez

⁷² J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl* s. 208.

⁷³ Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 185.

nich, ostatně používají se při úpravě zvěřiny i jiných pokrmů dodnes. Mandle se však využívaly ještě významněji, než jen jako suroviny k pečení a vaření. Vyrábělo se z nich velmi oblíbené a zdravé mandlové mléko, které se požívalo stejně jako mléko normální, obzvláště v postních dnech. Mandle se nechaly povařit v teplé vodě, potom se scedily, oloupaly, aby zůstaly bílé, pak se jádra utloukla v hmoždíři a prášek se rozpustil ve vodě. Vzniklé mléko se mohlo dosladit cukrem či medem. Z mandlového mléka se vařila kaše s rýží nebo bílým chlebem, do níž se přidávaly rozinky, jindy třešně. Stejně tak se mandlového mléka využívalo při výrobě paštik, omáček, při pečení koláčů a podobného pečiva. Již od počátku 16. století se uplatňovaly, ač vzácně citróny.⁷⁴ O těch se zmiňuje i Winter, když píše, že se do „pyšných“ krmí dostaly z vlašské kuchyně pomoranče a limouny. Jejich kůra se využívala k salátům a na pečení.⁷⁵ Josef Hrdlička ještě seznam ovoce doplňuje o olivy, datle, pistácie a kapary.⁷⁶

Z ovoce se také vyráběla povidla, jednak byla přirozeným sladidlem a také byla snazší pro dlouhodobější uchování, protože se ovoce v této formě již nekazilo. Jsou doloženy i předpisy na tzv. mazy a později lektvaře, což byly složitěji připravené zavařeniny. Ovoce se vařilo s vínem a medem, kořenilo se dokonce pepřem, někdy hřebíčkem i zázvorem a skořicí. Rudolfínská doba již znala zavařené ovoce s cukrem, ale zavařeniny tohoto druhu se převážně dovážely z Itálie. Od 17. století se již zavařeniny a marmelády i u nás stávaly běžnější záležitostí a nejen drahou a vybranou pochoutkou bohatých a urozených pánů.⁷⁷

Zelenina měla v jídelníčku šlechticů podobné postavení jako ovoce, nicméně narozdíl od něj se nestávalo, aby ji páni jedli v syrovém stavu jen tak, bez úpravy. Prakticky vždy se konzumovala jen jako součást jakkoli upraveného pokrmu, především pak v kombinaci s rozličným druhem masa. O většině používané zeleniny při přípravě pokrmů se můžeme dozvědět nejen z receptů, ale i z rozličných herbářů, protože většina zeleniny byla vedena spíše jako byliny a tudíž se popisovala mezi ostatní květenou.⁷⁸ V mnoha pracích zaměřených na téma stravování a jídla je zelenina zahrnuta v kapitole tzv. „potřeb k omáčkám“. Asi

⁷⁴M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 178–181.

⁷⁵Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 189.

⁷⁶V. BŮŽEK – J. HRDLÍČKA, *Dvory velmožů s erbem růže*, s. 128.

⁷⁷M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 182.

⁷⁸Pro 16. století jsou asi nejvýznamnějšími herbáři spis od Jana Černého a jeho *Knihy lékařská, která slove herbář, aneb zelinář*, vydaná v Norimberku roku 1517. Viz Zdeňka TICHÁ (ed.), *Jan Černý, Kniha lékařská, kteráž slove herbář aneb zelinář*, Praha 1981. Ještě důležitějším je však Herbář od Petra Ondřeje Mattioliho, původně vydaný v latinsky v Benátkách, ale po pobytu Mattioliho v Čechách vyšel ve stručnějším překladu Tadeáše Hájky z Hájku roku 1562 česky v Praze. Pro velký úspěch a z důvodu velkého zájmu o již vyprodaný titul ho znovu, v rozšířenějším vydání, vydali Daniel Adam z Veleslavína a Adam Huber z Riesenpachu roku 1596 v Praze. Viz Věra PETRÁČKOVÁ–Jaroslav PORÁK, Martin STEINER (edd.), *Petr Ondřej Matthioli, Herbář, jinak bylinář, velmi užitečný. Tadeáš Hájek z Hájku*, Praha 1982.

nejhojněji používaným druhem zeleniny v kuchyni bylo zelí. V Čechách bylo známo několik druhů zelí, jak popisuje ve svém *Herbáři* Mattioli. Jednalo se o kapustu, neboli lehké zelí, ta byla dvojího druhu, buď modrá nebo červená, dále zelí kadeřavé a hlavnaté, nám dnes známé jako hlávkové. Hlavnaté pak mohlo být zelené, bílé nebo červené. V Čechách se zelí užívalo skutečně hodně a to nejen na panských dvorech, ačkoli na nich byla příprava zelí samozřejmě nákladnější a hotový pokrm z něj byl pak lahodnější. Pro potřeby panských dvorů zelí často nestačilo v takovém množství, v jakém se zde vypěstovalo, a tak se muselo dokupovat. Zelí se nakládalo, jak ho známe dnes, jedlo se také vařené, smažené nebo se někdy cukrovalo. Mohla se k němu přidat i smetana, ale vždy se mastilo slaninou nebo máslem.⁷⁹ K tomu se vyjadřuje i Winter, který vyzdvihuje důležitost dostatečně omaštěného zelí touto říkankou:

„Není zelí jako zelí,
některý je zelíčko,
některý je nemaštěný,
některý jen maličko“.⁸⁰

Vybraná kuchyně podávala kyselé zelí v omáčce z mandlí a rozinek s krajíčky sušeného chleba. V 17. století se objevují zelné listy plněné masem nebo slaninou, znala se i paštika ze zelí a štičího masa. V 16.–17. století se již kapusta a zelí začaly rozlišovat. Podle zápisu v Mattioliho *Herbáři* lze uvažovat o pěstování brokolice v 16. století, ale možná jde o vliv originálu z Itálie a ne o českou realitu. Jako řepné zelí, které zde autor zmiňuje, je myšlena nejspíš kedlubna. K zelenině, která se pěstovala pro její listy ještě doplním řepu, celer a petržel, kterých se užívalo nejvíce k přípravě polévek a omáček.⁸¹

Stejně jako dnes, ani v době našich předků nebylo možné se při vaření v kuchyni obejít bez cibule. Oceňována byla jak syrová, tak tepelně opracovaná. Samostatné předpisy na jídla z cibule sice neexistují, ale vím, že se užívala v labužnické kuchyni při přípravě zajíce, kuřat, slepice a různých ptáků, z ryb nejčastěji u tzv. „štokfiše“, což byla již zmiňovaná sušená nebo uzená mořská ryba, a u štiky. Hovězí nebo skopové maso se také někdy peklo s cibulí, ale ne v takové míře, jako v dnešní kuchyni. Nepříjemnou vlastnost cibule, a sice že zapáchá,⁸² si šlechta dobře uvědomovala, píše o tom i Winter, když zmiňuje jistou událost

⁷⁹Magdalena BERANOVÁ, *Zelí, cibule a česnek v kuchyni a v medicíně do konce 16. století*, Sborník Západočeského muzea v Plzni, řada Historie XVI, Plzeň 2002, s. 185–194, zde s. 187.

⁸⁰Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 181.

⁸¹M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 149–153.

⁸²Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 162.

o urozené paní Eybanové, která roku 1575 vzkázala urozené paní Lokšanové z Lokšic, že „na ten čas nemůže přijíti, protože smrdí cibulí“. Již zmiňovaní významní botanici 16. století, Jan Černý a O. Mattioli rozlišovali několik druhů cibule. První jmenovaný rozlišuje cibuli lesní a domácí, druhý obecní čili hlavnatou, srostlou a aškalonyku. Obecní cibule pak byla dvojího typu: bílá a červená. Srostlá měla několik hlaviček srostlých, většinou devět až jedenáct a byla vyhlášena svou dobrou chutí.⁸³

Česnek je pro českou kuchyni také typický. V 16. století znali česnek polní čili lesní aneb hadový a česnek domácí, přičemž ten lesní měl větší sílu a říkalo se mu snad proto česnek vlčí. V kuchyni se navzdory lékařským varováním před jeho škodlivými účinky na lidské zdraví, uplatňoval hlavně při přípravě omáček ke slepicím, s houbami i k jiným masům. Oloupaný česnek se například roztřel se solí a přidalo se trochu octa a případně ještě žloutek, pepř a šafrán. Jindy se k hovězímu masu podávala omáčka z česneku a kyselých hroznů, s šalvějí a petrželí. Je dokonce znám i recept od Bavora Rodovského z Hustiřan na úpravu omáčky z česneku s přidáním jahod a tekutého vína. Z dnešního pohledu skutečně zajímavá kombinace. Česneková kaše se mohla dělat i nasladko, předpis uváděný jako tzv. „kaše královská, měsíce máje nebo po máji, velmi zdravá a misterná, a má za horka dána býti“, doporučuje uvařit mladý česnek se sladkou smetanou nebo mlékem, potom roztřít nebo roztlouci, přidat další mléko a cukr, vše povařit v másle a nakonec posypat cukrem. Kaše musela být vzhledem k ingrediencím velmi drahá, zvláště vzhledem k dováženému drahému třtinovému cukru.⁸⁴ V některých kuchařských předpisech se můžeme setkat s pojmem „ošlejh, nebo vošlejh“, což byl dobový název pro pórek. Na panský stůl se ale často nedostával, existuje jen málo receptů pro panskou kuchyni, ve kterých pórek vystupuje. Používal se spíše na jídla pro chudší vrstvu obyvatel a pak významněji v lékařství, jak zmíním později.

Mezi tzv. tykvovitou zeleninu se řadí okurky, tykve a melouny. Předpisy na přípravu okurek nalezneme až v 17. století, kdy se okurky vařily a voda se z nich několikrát slévala, až „by smrad vokurkový ztratily“. Také se nakládaly do octa a vody nebo do sudů s osolenou vodou a koprem. Ve 14.–15. století se pěstování, dýní, melounů a tykví rozšířilo, protože jsou známi specializovaní zahradníci, kterým se říkalo „dýňáři či melouníci“. Ačkoli jsou melouny mylně řazeny k ovoci, fakticky správně patří do zeleniny. Melouny se zpravidla jedly syrové a bez přísad, v 17. století se pak doporučuje „lektvař“, tj. zavařenina z kůr od melounů. Ty se

⁸³M. BERANOVÁ, *Zelí, cibule a česnek v kuchyni*, s. 189.

⁸⁴TAMTÉŽ, s. 190–191.

máčely a vařily v medovém roztoku a potom ukládaly. Zajímavý je také návod, který radí vzít nezralé melouny, oloupat je, pokrájet je na dlouhé kusy, a pak je máčet deset dnů v octě. Poté se nechaly uschnout, vložily se do medu a cukru a opakovaně na mírném ohni se povařily. Posléze se ukládaly v jiném medu nebo cukru posypané vrstvou zázvoru a podávaly se při horečkách.⁸⁵

V kuchyni našla široké uplatnění také kořenová zelenina. K ní lze zařadit řepu, celer, petržel, mrkev, chřest, křen, hořčici a kopr. Kořen řepy se začal zušlechťovat na konci středověku a ve starším novověku. Záhy se stal hlavním důvodem pro její pěstování. Ještě v 15. a 16. století je však popisována jako rostlina zelí, která dosahuje značné velikosti a větších listů než kterákoli jiná zahradní rostlina. Z předpisů raného novověku známe pouze dva recepty, jejichž součástí je řepa, oba jsou z první poloviny 16. století. Suchá řepa se měla uvařit doměkka, pak se k ní přidala osmažená cibule a omastila se máslem. Vody nemělo být mnoho, aby vznikla hustá omáčka. Kaše ze suché řepy byla sladká, slazená medem, přidával se anýz, polský kmín, zázvor, hřebíček, skořice a trocha pepře. Tzv. „polštářičky z řepy“ se dělaly z kořene. Byly sladké a měly brunátnou barvu. Celer sloužil stejně jako dnes při přípravě polévek a omáček. Petržel se dlouho pěstovala pro nať a listy. Používala se především pro obarvení kaší a vůni. Jen občas se objevuje zmínka o přidání petrželového kořene, který se rovněž přidával do omáček a polévek. Na zimu se petržel i s kořenem zahrabávala do písku, aby se pak mohla používat podle potřeby. Mrkev má i měla v kuchyni nezastupitelné místo. Nicméně ve starším období se nepočítala k polévkové zelenině, nýbrž se z ní vařil sladký „maz“, tedy jakási marmeláda. Mrkev se očistila a uvařila, nechala se okapat a posekala se. Poté se přidaly usušené krajíčky bílého chleba namočeného ve víně, bezový a růžový květ a vše se dalo do kotle s rozehrátým medem. Kořenilo se zázvorem, skořicí, hřebíčkem a pepřem. Tímto mazem se plnily oplatky, svítek a podobně. Z mrkve se také v první polovině 17. století dělala tzv. baba: mrkve se nakrájely, uvařily, potom rozetřely a smíchaly s vejci, osladily cukrem a přidaly se rozinky. Hmota se po obou stranách usmažila na pánvi. Chřest a artyčoky nebyly typickými českými přísadami. Byly spíše záležitostí jihoevropské kuchyně a kultur kolem Středozemního moře. Do našich kuchařek se tedy ani jedno neprobojovalo, jen výjimečně si o ně sami páni řekli, když se vrátili z cest, kde jim byly obvykle podávány. Křen už je české kuchyni podstatně bližší. Roztíral se s mandlemi, vínem nebo vinným octem, míchal se s polévkou a vařil se s ní a podobně. Také se z něj vařila samostatná polévka s ořechy a sušeným chlebem, která se sladila cukrem. Hořčice utřená

⁸⁵M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 159–160.

s octem a medem se doporučovala například k vařeným ptákům podávaným za studena. V předpisu na nakládání okurek z poloviny 17. století se rozlišuje kopr sprostý, tedy obyčejný, lidový a kopr vlaský, fenykl. Ten obyčejný se přidával například do hořčice.⁸⁶

K luštěninám se řadí hrách a čočka. Hrách se u nás pěstoval od nepaměti, Mattioli ho ve svém *Herbáři* dělí na hrách větší, který se pnul po stromech a nazýval se bohatý, a menší, drobnější, rozkládal se po zemi a nebyl tolik chutný. Hrách neodmyslitelně patří k charakteristice české kuchyně, jedli ho bohatí i chudí, páni, měšťané, sedláci i čeledíni. Hrách se řadil ke zvláštní skupině, kterou vyčleňovali kuchaři od středověku, k tzv. vaření, což byly spolu s ním i kroupy, krupice, jáhly, pohanka, čočka, rýže, kapusta, zelí, řepa, mrkev, ředice a další. Polévky, které se připravovaly hlavně z hrachu, se vařily hodně husté a připomínaly spíše kaše. Hrách se dokonce upravoval i do jakési podoby dezertu: z hrachové kaše, smíchané s cukrem se dělaly kuličky jako hrachová zrna, dovnitř se dala rozinka a vše se smažilo na horkém sádle. Usmažené kuličky se obalily v cukru a ještě s jím posypaly, podávaly se teplé. I hrách pečený byl sladký, s mandlemi, skořicí a rozinkami. Husté těsto se nakrájelo na krajíčky a při pečení na roštu se polévalo sádlem. Cukr se nedával do těsta, ale sloužil jen na posypání. V 17. století se připravovaly tzv. hrachové koblihy z rozetřeného uvařeného hrachu, másla, vajec, strouhanky a cukru. Z hmoty se lžící vykrajovaly kousky a smažily se na másle. Hrachová kaše byla prakticky vždy zadělávána ze sladkého vína, švestek, květu růže a bezu, kořenila se pepřem a vždy se řádně omastila máslem. V případě, že byl postní den, nikdy se nesmělo mastit máslem, jediné rostlinným olejem. Čočka v 15. a 16. století nesla název šofovice, šošovice nebo šocovice. Z kuchařských knih ji známe v 17. století pouze jako předpis pro šlechtu: vařila se ve vodě, potom vařená ještě jednou v hovězí polévce a ochutila se nadrobno pokrájenou cibulí a pepřem, zázvorem a solí a omastila se olejem. Fazole a bob se na šlechtický stůl dostaly nejdříve v 19. století v rozmanitějších úpravách, než v jakých byly jídány chudými lidmi o několik století dříve.⁸⁷ Winter se k hrachu vyjadřuje shodně v tom smyslu, že je základem pro vaření, a že se o přednost a prvenství předhání s kroupami. Hrách byl prý však hrubší chuti, protože je mužského přirození, zato kroupy jsou jemnější, ženské. Ječné kroupy se hodily pro čeledíny a páni raději jídali kroupy pšeničné.⁸⁸

⁸⁶M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 161–167.

⁸⁷TAMTÉŽ, s. 133–140.

⁸⁸Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 181.

Houby

Další ingrediencí při vaření byly houby. V 16. století se doporučovalo konzumovat houby společně s česnekem, protože tomu byla přisuzována léčebná moc z případné otravy. V *Herbáři* od Mattioliho je uvedeno deset druhů hub, které se běžně ocitaly na hodovních stolech. Byly to smrže, lanýže, hříby, ryzce a kotrče, pak žampiony, syrovinky, lišky, špičky a kozáci. Protože byly houby postním jídlem, bylo možné i v nich hledat náhradní pokrmy za maso v těchto dietních dnech. Jedním receptem na přípravu hub je například smrž dušený na másle a zalitý vajíčky se zelenou petrželkou, dále šišky ze sekaných hub avajec smažené na másle a podávané se smetanovou omáčkou. V postních dnech se však příprava hub musela obejít bez másla, vajec či smetany. V takovém případě byly houby dávány do mandlového mléka a koření, místo na másle je smažili na oleji a na cibulce. Je všeobecně známé spojení, že houby jsou masem chudých. Z toho jasně vyplývá, která vrstva obyvatel je jídala především. Nicméně pracnější úprava například pravých hřibů, nebo nákladných lanýžů skutečně nepatřila na stoly čeledínů, nýbrž urozených pánů.⁸⁹

Koření, dochucovadla a pochutiny

Sůl nad zlato, to není jen známá pohádka, ale kuchařská realita. Sůl používaly všechny vrstvy obyvatelstva a patrně nebyla nikomu nedostupná. Nicméně ačkoli měla v kuchyni nezastupitelné místo, nesolilo se tolik, jak je tomu zvykem v naší kuchyni. Využívala se na vaření a pečení pokrmů nebo při konzervaci zvěřiny, masa z hospodářských zvířat a ryb či k jeho nasolování před uzením. Přidávala se rovněž do omasek, másla a sýrů. Větší spotřeba soli byla v zimě nežli v létě.⁹⁰

Co není slané, může být sladké, chutí máme navybranou. S cukrem pracovali panští paštikáři, kuchaři ho využívali k výrobě dortů a marcipánu. Oblíbený byl zejména růžový cukr. Bílý cukr se na stolech objevoval v podobě homolí. Kuchyňský černý cukr se začal používat místo medu i jako sladidlo.⁹¹ V průběhu staletí se cukr používal jen jako druh koření, teprve až ve druhé polovině 16. století se začal používat na skutečné cukroví. V kuchyni se pak cukr používal samozřejmě do kaší, do masitých i bezmasých šišek a sladila se jím jídla, která by se v sladké podobě dnešní chuti nejspíše přičila. Rozvoj cukrářství a cukrovinek v Čechách můžeme sledovat již v druhé polovině 16. století. Sice v menším množství, ale

⁸⁹M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 193–195.

⁹⁰J. HRDLÍČKA, *Hodovní stůl*, s. 206.

⁹¹TAMTÉŽ, s. 204.

přesto se mezi kuchaři začínali vydělovat specializovaní cukráři a konfetáři. Cukr byl samozřejmě velice drahý a proto i zhotovované cukrovinky byly velice nákladné. Za 100g cukru se platilo asi tolik jako za tři krmené voly. O tom, že si panstvo na věci z cukru skutečně potrpělo, nemůže být pochyb. Například v roce 1579 na svatbě Anny Alžběty z Hradce s Oldřichem Lobkovicem připravil starý panský kuchař Achacius v hodovní síni dva velké cukrové stromy, jejichž ratolesti se trásly množstvím cukrových ptáčků. Každá ratolest byla z jemného perníku. Především dámy si ze stromu trhaly ovoce, což byly vlašské cukrovinky. Toto cukrářské umění bylo velmi vzácné a kuchaři se jej museli učit. V roce 1577 přijel do Jindřichova Hradce cukrář Daňhel Walter z Prahy, aby učil kuchtíky dělat cukrovinky. Doba Rudolfa II. již znala zavařené ovoce s cukrem, ale zavařeniny tohoto druhu se do českých zemí ještě převážně dovážely. V první polovině 17. století se sladkosti začaly běžně objevovat v kuchařských předpisech a rukopisných sbírkách. Bývalo běžné, aby dívky z „fraucimoru“ na šlechtických velmožských dvorech mívaly své skleničky s marmeládami, z nichž mezi jídlem mlsávaly. Šlechtičny na dvoře Anny z Hradce již v 16. století měly na zavařeniny zvláštní stojánky. K zavařeným věcem se počítaly také konfekty, tedy cukrové bonbóny, koláčky, „medánky“, zkrátka sladkosti nejen s cukrem. V 17. století se výroba cukroví rozšířila a nebylo již ojedinělou záležitostí v podobě pompézních cukrářských výrobků především na podívanou při slavnostních příležitostech. Objevují se první dorty, avšak ne tak honosné, jak bychom se je možná představili, byly jednodušší a méně rozmanité. Do cukru se zavářela citrónová a pomerančová kůra, vyráběly se domácí bonbóny z ovoce a cukru a začínaly se dělat sladké rosoly s cukrem. Drobné cukroví, to byly především piškoty a perníky. Perníky měly již starší tradici, v Roztokách u Prahy mají v muzeu perníkovou formu z 16. století. Recepty na přípravu perníku známe však až ze 17. století. Přírozeným sladidlem do perníku byl však med, tedy cukru se zde využívalo například jen na posypání.

Med byl původním a nejrozšířenějším sladidlem. Dovolit si ho mohli i chudí, protože nebyl nákladný a možností jak se k němu dostat bylo víc. Nelze však tvrdit, že by měl med zástupnou funkci cukru. Ne při všem bylo možné užít medu místo cukru, především pak při zadělávání těsta na dorty, piškoty i šišky se výslovně doporučuje užít cukru. Ani ovoce se nezavářelo s medem, výjimkou tvoří pouze višně. Ty se také po uvaření sušily na slunci nebo v peci. S medem se nakládaly i zelené vlašské ořechy. Medu se užívalo i při pečení masa. Velmi častá a oblíbená kombinace byla med a pepř, dále pak med, zázvor a šafrán. Sladké chuti mohli kuchaři dosáhnout také přidáním sušeného ovoce nebo mladé mrkve.⁹²

⁹²M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 196–203.

Využívalo se mnoho jiných druhů dochucovadel, především pak koření různého druhu. Podle jednotlivých receptur je možné určit, jak často se k přípravě jednotlivých pokrmů doporučoval jaký druh koření. Tím lze sestavit jakési pořadí, v jakém se to které koření používalo nejvíce. Na prvním místě se tak umístil pepř, dále zázvor a šafrán, poté skořice, hřebíček, muškátový květ, jeho oříšek se využíval méně. Často užívaná byla zelená petrželka, šalvěj, kmín a anýz se již vyskytovaly v kuchařských předpisech v menší míře, dále pak jalovec, máta, bazalka, tzv. jelení či volový jazyk, puškvorec, až v 17. století majoránka, rozmarýn. Dále se v méně významném množství užívalo rozličných lidových bylin, které zde nebudu vypisovat. V kuchařských knihách bylo možné nalézt i rady, kolik kterého koření dát, ale povětšinou to bylo hodně obecné, např.: „květu muškátového nemnoho dávej, pro hořkost krmě, když děláš šišky nebo nádivku, ne mnoho do nich dávej hřebíčku. Cokoli má být sladkého, k tomu pepře nepřidávej, než slad' cukrem nebo medem, a nemnoho soli dávej, abys krmě nezkazil." Tyto rady se však úplně nedodržovaly, jak je patrné z několika výše zmíněných receptur, kdy se k sladkému hojně kombinuje pepř atd. K dochucení, či zvýraznění chuti pokrmů se dále užívalo již zmiňovaného česneku, cibule, křenu a hořčice. Tradiční ochucovadlem byl také ocet. Ten se vyráběl z různých druhů ovoce, jako jablek, hrušek či fíků. Nejčastěji byl však ocet vyráběn z méně hodnotného nebo kyselého vína. Vinný ocet se připravoval buď z čerstvě vytlačených kyselých hroznů s přídavkem starého octa, nebo byl znám i ocet vyráběný z piva nebo trnek.⁹³ Winter ve své práci zmiňuje, že koření bylo výsadou bohatých, vzhledem k jeho cenám a často nutnému dovážení. Takže kdo na to měl, kořnil často a hodně.⁹⁴

Omastek: máslo, sádlo, olej

Další kuchyňskou surovinou, bez níž se vaření a pečení prakticky neobejde je omastek. Mezi jeho nejběžnější druhy patřilo sádlo, slanina a lůj, dále pak olej neboli tuk, a to jak rostlinný, tak i živočišný. Lůj se používal spíše ve starších dobách, kdy se sbíral při vaření masa nebo kostí. V pozdější době našlo uplatnění spíše sádlo a uzená slanina. Sádlo se doporučovalo v labužnické kuchyni, především na jídla z hrachu. Častokrát bylo na kuchaři, aby si vybral, zda omastí máslem nebo sádlem. Uzená slanina se dávala do nádivek, šišek, hašé a jiných směsí. Máslem se mastilo skutečně často, smažilo se na něm, dusilo i opékalo, a to buď na čerstvém nebo přepouštěném. Vždy se na másle smažilo, výjimku však

⁹³M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 218–225.

⁹⁴Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 166.

představovaly postní dny, kdy se používal olej. Máslo se také přidávalo do kaší a bylo dražší než sádlo.

Oleje se získávaly různými způsoby, podle toho se také dělil a dodnes dělí na zmiňovaný tuk živočišný a rostlinný. Rostlinný olej se získával z oliv a to jak z nezralých, tak zralých, přičemž ten z nezralých oliv byl považován za zdravější a také trpčí. Kromě olivového oleje existoval také olej mandlový, ořechový, broskvový a meruňkový. Existují také záznamy o oleji z konopného semínka. Nejde však o tlačení oleje, nýbrž o vaření přímo ze semence. Z něj se pak dělaly kaše a polévky. Na takovou polévku je znám i recept: „vezmi semence, uvař v pivě, proced' s pivem, vosol, vokořeň a budeš mít páteční polívku.“ Další užívanou olejinou byl mák, makový olej se používal jako omastek v kuchyni, hlavně pak v postních dnech. Vařily se z něj kaše, polévky a pekly se z něj i koláče. Další oleje, které nám jsou známy dnes, se ve středověku a novověku ještě neuplatňovaly. Mezi ně se řadí řepka olejka, slunečnice a podzemnice olejná. Ačkoli doktoři před přílišným omašťováním varovali, těšil se omastek velké oblibě a používal se často a v panské kuchyni ve velkém množství.⁹⁵

Kaše

Ačkoli kaše nejsou samostatným druhem jídla, ale pouze způsobem určité úpravy, vyčleňují jim samostatný prostor. Kaše totiž hrály v jídelníčku šlechticů velmi důležitou roli. To dokládá i skutečně úctyhodný počet receptů a předpisů na jejich přípravu. Kaše se podávaly buď jako samostatný chod nebo, a to častěji, jako přílohy k masům. Upravovaly se kaše jak sladké, tak slané, nastudeno i horké. Bavor Rodovský z Hustiřan uvádí dokonce na osmdesát druhů kaše a na dvacet „varmuží“, což byla obdoba kaše. Kaše se někdy kořenily a sladily zároveň nebo se i do slaných a kořeněných kaší přidával med. Kaše byla natolik tradiční úpravou jídla, že se dostala i do množství rozličných přísloví, jako např.: „Čím více kuchařů, tím slanější kaše.“ Nebo „Mnoho kuchařů přesolí kaši“ či „Kolik kuchařů tolik kaší.“ Vařená kaše se často používala jako základ pro další jídla. Slané i sladké kaše se míchaly s různými přísadami a zapékaly se. Zapečená se podávala teplá i zastudena. Do sladkých kaší se dávalo nejen mléko nebo smetana, do mléka se přidávala i vejce. Sladidlem zde byl především med, ale kaše uvařená s ovocem nebo po uvaření politá povidly již sladit nepotřebovala. Protože sladká kaše byla pokrmem slavnostnějšího rázu, dbalo se i na její vzhled, aby lahodila nejen jazyku, ale i oku. Různé přísady kaši propůjčovaly různou barvu a toho se hojně využívalo. Například černá kaše se vařila ze sušeného chleba, vína, švestek,

⁹⁵M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 204–217.

koření a medu, mohly se do ní dát i višně. Tzv. brunátná kaše se připravovala tak, že se uvařily čerstvé jahody nebo třešně v čistém víně a přidaly se sušené krajíčky chleba. Poté se vše procedilo přes síto, dalo do čistého kotlíku, přidal se cukr nebo med, koření, olej a tlučený anýz. Směs se uvedla do varu a hned potom se podávala na míse. Kaši z povidel, vína a bílého chleba bylo možné uvařit buď červenou (to se přidaly maliny) nebo brunátnou (přidáním brusinek). Zelené barvy se docílilo přidáním petrželky. Pro opravdu slavnostní chvíle se zhotovovala kaše čtyř barev. Na ní: „utři mandle a rozpust’ je jako kaši a dej do tří hrnců. V jednom nech bílou, druhou část obarvi šafránem nažluto, třetí učiň brunátnou pomocí višní. Potom rozinky nebo povidla s mandlemi rozpust’ v kaši, aby byla černá, a dej do čtvrtého hrnku. Všechny ty kaše oslad’ cukrem, vař to, až budou dobře husté. Přes mísu udělej šindelem kříž, který by všude doléhal, vlej všechny ty čtyři kaše do toho kříže, každou zvlášť, potom vytáhni kříž.“⁹⁶ Winter se také věnuje kaším, a říká, že se dávaly na stůl po masitých chodech. Nejjednodušší kaše byla prý rýžová. „Pyšnější“ neboli honosnější byla kaše z bílků, šlehaných drátěnou metlou a říkalo se jí „kaše z mlhy“. Její příprava byla velmi náročná, ta mlha měla totiž dojít až do lokte výšky. Kuchařka tak musela šlehat celou noc nebo celý den, a přitom si dát pozor na to, aby nadýchaná hmota nesplaskla.⁹⁷

Kromě kaší jako takových existovaly jim příbuzné kyselice. Dělal se z rýže, z hrušek, kaprů, telecích noh. Vždy to byly jakési sekanice a v úpravě lahodné pro oko. Příkladem je kyselice s názvem „černá, bílá, žlutá, zelená, modrá“, zhotovovaná ze čtyř pečených, roztlučených kaprů. Z nich se udělala jícha, neboli kaše a ta se barvila do barev dle názvu. Na modro i na zeleno se barvilo jakousi barvou z lékárny, ačkoli se zelená barva získávala spíše z petrželky, brunátnou kyselici získali z fialky a chrpy, žlutou přidáním šafránu a bílou buď mandlemi, nebo smetanou. Další kyselice nesla název „šachovnice“, s následujícím návodem na přípravu: „Stluč mandle s cukrem, jedny pozlať, druhé postříbři a klad’ do kyselice černé jako na šachovnici a pole naplň kyselicí bílou a okolo krajů pozlať, jako by to šachovnice byla“.⁹⁸

Paštiky

Jak jsem již zmínila u jednotlivých druhů masa, oblíbeným pokrmem byly paštiky. Na jejich přípravu se postupem času vyprofilovali oborníci, zvaní paštikáři. Nešlo ani tak o to mistrně připravit paštiku s výtečnou chutí, ale spíše o to, jak ji upravit, aby ozdobila hodovní

⁹⁶M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku*, s. 50–53.

⁹⁷Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 194.

⁹⁸Z. WINTER, *Kuchyně a stůl našich předků*, s. 40.

stůl, či zaujala pány u stolu svým servírováním. Především v Rudolfově době byly paštiky oblíbeným chodem. Paštikáři se při jejich úpravě nechali inspirovat cizími kuchyněmi, především pak francouzskou, vlašskou a španělskou. Paštiky byly strojeny z jakéhokoli masa, ať již z rybího, ptačího, hovězího, telecího nebo ze zvěřiny. Často se také zhotovovaly z orgánů, nejčastěji pak jater, plic a srdce. Maso se rozbilo v hmoždíři nebo se jemně nasekalo, protlačilo se sítkem, promíchalo se vínem a kořením. Dále se obalilo v moučném těstě, do něhož se přidala sůl, omastek a opět další koření. To celé se peklo. Nejčastěji se paštiky pekly v různých formách, ve kterých se pak i podávaly. Forma byla rozličného tvaru i velikosti. Uvnitř se forma vymazala tuhým paštikovým těstem, do toho se vlilo horké máslo a vložilo se najemno nasekané nebo proceděné maso. Svršek se zase překryl těstem, do něhož byl vyvrtán otvor pro trychtýř, kterým se zalévalo maso uvnitř formy vínem a kořením tak dlouho, až se dopeklo.

A protože se panstvo chtělo při hodování nejen dobře najíst, ale i pobavit, stalo se servírování paštiky častokrát velkou podívanou. O svatbě bavorského vévody Viléma roku 1565 zhotovil kuchař tak velikou paštiku, že se do ní vešel i trpaslík arcivévody Ferdinanda, tedy muž malého vzrůstu. Když byla paštika postavena na stůl, vydrápal se mužík z těsta, chodil po stole, zpíval a knížecím osobám podával ruku. Existují záznamy, kde se do paštik zapékali živí ptáci, kteří pak z těsta k překvapení a úžasu všech strážníků vylétli.⁹⁹ Doklady o tom, zda takové paštiky, ze kterých někdo nebo něco živého vystoupilo, ještě někdo jedl, nemáme. Spíše se jednalo o zábavnou podívanou, nežli kulinářské umění.

Nápoje

Na hodovní stůl samozřejmě nepatřilo pouze jídlo, ale i pití. Každý si jistě domyslí, že ve sledovaném období hrálo prim víno a pivo. U urozených pánů to bylo především víno, ačkoli se našli i tací, kteří dávali jednoznačně přednost pivu, zvláště tomu českému, již v té době ve světě vyhlášenému. Pivo se na panská sídla dopravovalo z panských pivovarů. V těch se vařilo pivo bílé (pšeničné) a tmavé (ječné), připravováno bylo jako staré nebo mladé. Ze starého piva se rovněž vařily polévky. Pšeničné pivo bylo husté, nepříliš sladké ani hořké. Ječné pivo mělo méně alkoholu a nahořklou chuť.¹⁰⁰ Ač by se to nemuselo zdát, pivu holdovaly i urozené dámy. Hrdlička například zmiňuje, že na dvoře Fridricha z Kounic

⁹⁹Z. WINTER, *Šat, strava*, s. 191–192.

¹⁰⁰K druhům vařeného piva v 16. století viz Josef JANÁČEK, *Pivovarnictví v českých královských městech v 16. století*, Praha 1959.

dostávalo třináct příslušnic fraucimoru každý den na svůj stůl 12 litrů piva.¹⁰¹ Za nejkvalitnější se ve druhé polovině 16. století považovalo rakovnické pivo, které se nakupovalo ve velkém pro labužníka Petra Voka z Rožmberka. Po polovině 17. století jej ve všeobecné oblibě vystřídalo pivo klatovské.¹⁰²

Ve větší oblibě bylo a ve větší míře se pilo víno. Dobová literatura doporučovala víno, které „pěkně voní, jest barevné, jasné a chutné“. Na šlechtických dvorech se pily různé druhy vín. Vedle klasického bílého a červeného vína to bylo víno pelyňkové, jalovcové, muškátové, šalvějové nebo rozmarýnové. Spolu s nimi se na stůl kromě českých vín dostala i vína rakouská, rýnská, moravská, uherská a jiná. Víno se pilo k snídaním, obědům i večeřím.

V kuchyni se používalo méně kvalitní víno na vaření omáček, podlévání masa, zvlášť rybího a při přípravě paštik a huspenin. Víno pily také nepnoleté děti a těhotné šlechtičny.¹⁰³ Neznamená to však, že by se nepilo nic jiného, než alkoholické nápoje. Faktem ale zůstává, že větší měrou se užívalo alkoholu jako piva a vína, než nealkoholických tekutin. Těmi byla především voda a mléko. K zahánění žízně na zámcích se pila voda ze zámeckých studní, chladná a čistá, nebo kyselé a sladké mléko.¹⁰⁴

¹⁰¹J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 215.

¹⁰²V. BŮŽEK–J. HRDLIČKA, *Dvory velmožů s erbem růže*, s. 129.

¹⁰³J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 215–217.

¹⁰⁴V. BŮŽEK–J. HRDLIČKA, *Dvory velmožů s erbem růže*, s. 130.

4. Kuchařské knihy

Stejně tak jako všechno lidské vědění, které se pomocí knih rozšiřovalo a uchovávalo, tak i recepty na přípravu pokrmů byly písemně zachyceny a zaznamenány pro jejich další šíření. Psány byly jak do kuchařek, tehdy nazývaných kuchařské knihy, tak i do tzv. šlechtických předpisů. Někdy je možné nalézt nějaký ten recept i v lékařských doporučeních, v regiminách sanitatis, kde například Jan Kopp radí, jak upravit ten který pokrm, aby mohl být zdraví méně škodlivý. Samozřejmě byl rozdíl mezi pokrmy pro urozené pány a pro obyčejný lid. Tady už ale většinou záleželo na samotném kuchaři, jaký recept vybere, případně jak ho upraví. Často se také v kuchařské knize k receptu připisovalo, že tento pokrm je vhodný pro pány, nebo pro velkou slavnost.

V českém prostředí vznikaly jakési kuchařské knihy již od středověku, samozřejmě největší rozkvět psaných kuchařek byl zaznamenán po vynálezu knihtisku. Společně s jinými druhy knih tak zlidověly a dostaly se mezi širší veřejnost a pro obecné užívání. Nejstarší česká kuchařská kniha je rukopisná a pochází z 15. století. Vzhledem k mnou sledovanému období se ale zaměřím na pozdější dobu. Počátkem 16. století vydal tiskem první kuchařskou knihu Jan Severin Mladší, roku 1535 pak tiskne kuchařskou knihu Pavel Severin z Kapí Hory a výtah obou jmenovaných kuchařských knih přetiskl Jan Kantor. Svou vlastní, rukopisnou kuchařskou knihu, nebo spíše jakýsi šlechtický předpis, sestavila koncem 16. století i Polyxena Lobkovicová z Pernštejna. Ovšem nejznámější a jistě nejpodrobnější kuchařskou knihu sepsal roku 1591 alchymista Bavor mladší Rodovský z Hustiřan, nechal ji vytisknout na Starém Městě Pražském u Jiříka Nygrina. Jeho kniha nesla označení „kuchmisterská“¹⁰⁵ a vychází z mnoha starších kuchařských literatur. Především pak vychází hlavně z podkladů Jana Kantora, z něj čerpá jak samotný text, tak i předmluvu, úvody a rýmování.¹⁰⁶ Právě tato kuchařka se stala hlavním zdrojem poznání raně novověké kuchyně, a z ní čerpali informace historici, jež se tímto tématem zabývali. Odkazuje na ni Zikmund Winter, Čeněk Zíbrt i Magdalena Beranová. Proto ji také kladu ve své práci na první místo, ačkoli jí předcházela starší díla. Do své kuchařské knihy Rodovský sbíral předpisy ze starších kuchařek, i ty, které

¹⁰⁵Celý název jeho knihy zněl: *Kuchařství to jest knížka o rozličných krmích, kterak se užitečně s chutí strojiti mají, jakožto zvěřina, ptáci, ryby a jiné mnohé krmě. Každému kuchaři aneb hospodáři knížka tato potřebná i užitečná*. Jak později ukáží, tento název se společně s recepty přenášel již z 30. let 16. století na další a další kuchařské knihy. Bavor Rodovský tedy název nevymyslel, pouze ho použil jako již známou „zavedenou“ značku.“ V edici byla tato kniha vydána roku 1975, v Praze, Zdeňkou Tichou. Viz Zdeňka TICHÁ (ed), *Bavor z Hustiřan, Kuchařství, to jest knížka o rozličných krmích*, Praha 1975

¹⁰⁶Čeněk ZÍBRT, *Staročeské umění kuchařské*, Praha 1927, s. 217.

se předávaly pouze ústní tradicí, k tomu jistě přidal i nějaké své recepty, celkem si jich pak čtenář mohl přečíst 443,¹⁰⁷ což je skutečně úctyhodný počet.

4.1. Kuchařská kniha Bavora Rodovského z Hustiřan

V kuchařství Bavora Rodovského, jež vydala edičně Zdeňka Tichá, se autorka věnuje jeho životu. Bavor mladší Rodovský z Hustiřan se narodil někdy kolem roku 1526. Pocházel z české vladyské, později panské rodiny z Hustiřan na Královéhradecku. Ačkoli nikdy nedosáhl univerzitního vzdělání, získal svým samostudiem slušného rozhledu a znalostí. Informací o jeho životě nemáme mnoho, obrázek o jeho životním osudu si lze udělat snad z jeho děl, která svou rozmanitou tematikou dávají tušit, že zájmy měl opravdu široké. Věnoval se alchymii, astronomii, matematice, zájem projevoval i o historii i filosofii a uplatnění hledal i v praktické stránce života, když sepisoval soubor kuchařských předpisů. Převážnou náplní práce Rodovského však byly přírodní vědy, a především pak alchymie. Podnikal řadu nákladných pokusů, které ho mnohdy připravily o jeho majetek a dokonce i o jeho statek v Radostově. V takových situacích žil z příspěvků jeho příznivců či snad zaměstnavatelů, kterým dedikoval svá díla. Jedním z nich byl například Vilém z Rožmberka.¹⁰⁸ Někdy čas měl Rodovský pobývat v Praze na Poříčí, autorka uvádí rok 1578 a dokonce mu přisuzuje i působení na dvoře Rudolfa II. v alchymistické dílně, kde se měl pokoušet vynalézt pověstný elixír mládí a života. Z oboru alchymie jsou známy čtyři jeho spisy, všechny sepsané česky. Většinou se jedná o překlady významných alchymistů buď z němčiny, nebo latiny, dále pak záznamy jeho vlastních pozorování a dokonce i jakási učebnice alchymie. V oblasti astrologie se spolupodílel na vydávání rozličných kalendářů a příruček s astronomickými prognózami s takovými známými osobnostmi jako byl Petr Kodiceus, Mikuláš Šuda ze Semanína nebo Gryll z Gryllova. Další oblastí Rodovského zájmu byla filosofie. Pro Viléma z Rožmberka dokonce sepsal dílo *Secreta Aristotelis*, jakýsi návod pro vladaře, jak vládnout, jak jednat s poddanými atd. Opět lze ale usuzovat na nějaký překlad staršího díla, či sebrané poznámky více spisů cizích autorů. Měl také dokonce

¹⁰⁷J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 186.

¹⁰⁸V jiné publikaci se však můžeme dočíst, že se kvůli svým alchymistickým pokusům zadlužil natolik, že byl dokonce uvězněn na Pražském hradě ve vězení pro dlužníky. Právě zde, v těchto nehostinných prostorách měl přijít na nápad, jak se dostat z finanční tísně, a sice že sepiše kuchařskou knihu, která bude natolik oblíbená, že se bude dobře prodávat. Tu skutečně rok před svou smrtí sepsal a nechal ji vytisknout u Jiříka Nygrana. Viz Marie PAŘÍKOVÁ - Inka CIPROVÁ, *Dobrá kuchařka českých šlechticů a měšťanů od gotiky po baroko*, Praha 1995, s. 59.

překládat život Alexandra Makedonského a části Plutarcha, tyto překlady se však nedochovaly.

Z posledních let jeho života, zemřel v roce 1592, pochází vydání kuchařských předpisů nazvané *Kuchařství, to jest Knížka o rozličných krmích*, vydaná roku 1591. V předmluvě jeho knihy, kterou autor sepsal se můžeme dočíst toto: „... neb to umění kuchmistrské neb kuchyňské podobně jako i jiná všelijaká řemesla svého mistra a učedníků potřebuje, protože jest nikdá na světě toho člověka nebylo, aby všecko naskrz znáti, uměti a věděti mohl. Neb jestli přirození jednomu mnoho dalo, druhému jest podobných darů neudělilo, protož se vždy jeden od druhého učiti a jeden druhému se svým uměním propůjčovati musí." V další části jeho předmluvy se pak máme možnost dozvědět, proč je dle něj důležité, aby byly kuchařské předpisy zapisovány: „... aby jeden každý tuto knížku pro rozdílnost a správu zdravých i nezdravých, nákladných neb sprostných pokrmů v svém domu měl, abysme skrze ni nezdraví a zbytečných nákladů na strojení jídla uvarovati a toliko jakž na každého náleží, v pokrmích se chovati a k svému stolu vždy některou chutnou krmičku (zvláště v přítomnosti milých přátel pro uctění jich) míti mohli". Tedy ho zajímala i určitá životospráva pokrmů a také šetrnost při jejich přípravách. Dále se dokonce odvolává na jména jako Aristoteles nebo Šalamoun, když říká, že se „vedle pokrmu všecko lidské tělo spravuje", tedy jestliže je tělo správně živeno, je to prospěšné nejen jemu ale i duchu. Svou práci poroučí „na obě strany, jak pánům, tak kuchařům, a jak paním, tak i kuchařkám s velikým užitkem a prospěchem má býti".¹⁰⁹

Na začátku knihy si také můžeme přečíst věnování: „Urozené paní Kateřině, rozené Přepické z Lichumburku, pozůstalé vdově po dobré paměti urozeném a statečném rytíři, panu Vilému Starším Malovcovi z Malovic, na Valečově a Kolodějích atd. Bavor Rodovský z Hustiřan, jakožto paní a přítelkyni mé milé, službu svou a všecko dobré vzkazuje".¹¹⁰

Pro poznání tehdejší kuchyně i zvyklostí jsou neocenitelné Bavorovy poznámky přímo v receptech a textu, kdy občas napíše, že se tento pokrm hodí pánům, že se připravuje u dvora, nebo jej rovnou přiřadí jako vhodný pokrm pro čeládku. Dále také některé pokrmy přisuzuje nemocným, nicméně se neodvolá na žádné jméno lékařské autority, takže nemůžeme s jistotou vědět, zda je ten který pokrm opravdu zdraví prospěšný dle rad dobových lékařů. Zajímavá je i stránka jazykového projevu autora. Je patrná autorova snaha o rozmanitost

¹⁰⁹Zdeňka TICHÁ (ed), Bavor z Hustiřan, *Kuchařství, to jest knížka o rozličných krmích*, Praha 1975, s. 17–21.

¹¹⁰Č. ZÍBRT, *Staročeské umění*, s. 217.

ve vyjadřování, a tak snad každý recept začíná jinak. Vždy je psán formou oslovení čtenáře, např.: „Chceš-li kačice neb tetřevy v cibuli dělati..." nebo „Pakli chceš žlutou jáchu mítí..."¹¹¹

Bavor Rodovský z Hustiřan byl často napadán, že nebyl řádně vystudovaný a přesto zasahuje neodborně do tolika vědeckých oblastí. Často se mu tak dostalo i posměšných narážek, že se mu lépe vede v kuchyni než ve vážené alchymii. Nejspíš ho skutečně nelze zařadit mezi uznávané vědce, ale na druhou stranu za alespoň krátké připomenutí pro jeho všestranné snahy o působení v tolika vědeckých i praktických oborech, jistě stojí.

Ve své kuchařské knize rozděluje pokrmy do jednotlivých kategorií, aby se čtenáři v receptech lépe orientovali. Můžeme zde tedy nalézt takové názvy kapitol jako „polévky, kyselice a šalše" nebo „ryby", dále „masa", „kaše a varmuže" a neobvyklý je název kapitoly „spánevni, pečité, zelenina, houby", tedy pokrmy připravované na pánvi.

4.2. Nejstarší česká kuchařská kniha vytištěná od Severina Mladšího na začátku 16. století

O této kuchařské knize se ve svém díle *Kuchyně a stůl našich předků* zmiňuje Zikmund Winter, když říká, že byla v podstatě zachráněna před zničením ve skladišti Augustovy knihtiskárny v Litomyšli Aloisem Jiráskem. Dnes je zbytek nejstaršího vytištěného staročeského kuchařství od Severina Mladšího uložen v knihovně Národního muzea v Praze. Nejspíš právě tato kniha byla jak svým názvem, tak i z velké části obsahem, předlohou pro další a další sepišované kuchařské knihy. Celým názvem *Kuchařství to jest knížka o rozličných krmích, kterak se užitečně s chutí strojiti mají, jakožto zvěřina, ptáci, ryby a jiné mnohé krmě. Každému kuchaři aneb hospodáři knížka tato potřebná i užitečná. A ocet, jak se dělá také tu najdeš*. Neboť až na poslední větu v názvu se přesně shoduje s později vydanou kuchařskou knihou Bavora Rodovského z Hustiřan. Jan Severin neboli Severin Mladší, jak se sám podepisoval, byl synem neteře slavného humanisty a právníka Viktora Kornela ze Všehrd. Dochovaný jediný výtisk této kuchařské knihy nemá začátek, je vytržen titulní list a je potrhán také uvnitř, listy jsou na mnoha místech poničeny. Konec je zachován s krátkým poučením bez roku vydání a na konci je doplněn jednoduchý podpis „Severin Mladší".¹¹² Další kuchařské knihy, které byly vydány až po této, od Severina Mladšího již

¹¹¹Z. TICHÁ, *Bavor z Hustiřan*, s. 17–21.

¹¹²Č. ZÍBRT, *Staročeské umění*, s. 104.

značné množství předpisů jen opisovaly a v mnohých případech je i jen otiskovaly dokonce bez udání původního pramene.

Nejvíce je to patrné z přetisku Jana Kantora, odkud je snadné chybějící informace od Severina na jeho chybějící strany doplnit. Jan Kantor kuchařskou knihu přetiskuje v rozmezí let 1535–1550 ve své vlastní tiskárně u Hada na Můstku na Starém Městě v Praze. Dokonce ji ponechává i název *Kuchařství to jest knížka o rozličných krmích, kterak se užitečně s chutí strojiti mají, jakožto zvěřina, ptáci, ryby a jiné mnohé krmě. Každému kuchaři aneb hospodáři knížka tato potřebná i užitečná. A ocet, jak se dělá také tu najdeš*. Celá nově vydaná kuchařská kniha Jana Kantora je tedy přetisk kuchařské knihy od Severina Mladšího, na mnoha místech je pozměněná podle druhé předlohy, a sice podle opět stejnojmenné kuchařské knihy Pavla Severina z Kapí hory.¹¹³ Přetisk Jana Kantora obou zmiňovaných kronik sice není originálním a původním dílem, nicméně nejspíše hlavně díky němu se nám mohly obě díla v takové podobě zachovat v úplnosti.

4.3. Pavel Severin z Kapí Hory a jeho kuchařská kniha

Pavel Severin z Kapí Hory byl synem Severina kramáře, který se roku 1488 účastnil vydání české bible. Král Ludvík jej vyznamenal přídomekem z Kapí Hory a tento přídomek směl přejít i na jeho potomky. Pavel Severin zemřel kolem roku 1550. Jak jsem již zmínila, ani kuchařská kniha tohoto autora nebyla zcela původním dílem. V mnohém se inspiroval od svého předchůdce Jana Severina Mladšího. Proto i tato kniha nese shodný název *Kuchařství to jest knížka o rozličných krmích, kterak se užitečně s chutí strojiti mají, jakožto zvěřina, ptáci, ryby a jiné mnohé krmě. Každému kuchaři aneb hospodáři knížka tato potřebná i užitečná. A ocet, jak se dělá také tu najdeš*. Nejspíš z důvodu naprosté rozebranosti původního titulu a neutuchajícímu zájmu o její čtení se rozhodl po malých úpravách vydat ji znovu. Na konci knihy je možné přečíst „Vytisknuto v Starém Městě Pražském. Tu sobotu před první nedělí postní. Léta Páně 1535. Pavel Severyn“. Bez věnování, předmluvy, modliteb a písni před jídlem začíná Pavel Severin hned tisknout návody na přípravu zvěřiny.¹¹⁴ V Severinově kuchařské knize bychom našli 210 receptů.¹¹⁵

¹¹³Č. ZÍBRT, *Staročeské umění*, s. 209.

¹¹⁴Č. ZÍBRT, *Staročeské umění*, s. 165.

¹¹⁵J. HRDLÍČKA, *Hodovní stůl*, s. 186.

To, že kuchařské knihy často obsahovaly dedikaci urozeným pánům ještě neznamenalo, že je panstvo skutečně četlo, nebo z nich vybíralo recepty. V některých případech byly nalezeny jednotlivé exempláře ve šlechtických knihovnách, ale to opět nedokazuje jejich používání. Josef Hrdlička zmiňuje, že například Petr Vok z Rožmberka měl několik kuchařských knih zařazených ve své knihovně. Je však možné, že tam plnily stejnou funkci jako většina dalších, tedy tvořily jakousi sbírku intelektuálů, pro které bylo téměř povinností vlastnit výtisky nejnovějších nebo naopak nejstarších a klasických děl z různých oborů. Jak jsem již v úvodu této kapitoly zmínila, svou vlastní, ručně psanou kuchařskou knihu si sestavila česká šlechtična Polyxena Lobkovicová z Pernštejna. Ta obsahuje různé recepty na lektvary, dobově označované jako lektvaře, dále předpisy na přípravu piškotů, kandovaného ovoce, perníky, preclíky, sirupy a oplatky. Rukopis napsala někdy v poslední letech 16. století a nebyla jedinou manželkou urozeného pána, která měla takovou zálibu. V průběhu 17. století a pozdější doby se stávalo téměř pravidlem, že si každá urozená dáma vedla jakýsi záznamník, rukopisně napsanou kuchařskou knihu, kam si poznamenávala vytříbené recepty. Je zcela možné, že si je mezi sebou šlechtičny vyměňovaly tak, jak je to běžné i dnes, jen s tím rozdílem, že po výměně receptů si je sami nevyzkoušely, pouze ochutnaly výsledek, zhotovený jejich kuchaři. Nejčastějšími recepty v takových sbornících urozených dam jsou sladkosti, různé pochoutky z ovoce, i lektvary na podpoření jejich krásy.¹¹⁶

4.4. Ukázky receptů dobových krmí

Vzhledem k tomu, že se recepty v jednotlivých kuchařských knihách stále opisovaly, nebudu u jednotlivých ukázek uvádět z jaké z výše jmenovaných kuchařských knih ten, který předpis pochází. Uvedu zde několik zajímavých receptů netradiční chuti a přípravy, a pokusím se ve výběru zohlednit rozmanité druhy masa i typy pokrmů. Ačkoli jsem již několik předpisů na přípravu jednotlivých druhů masa zmínila v předchozí kapitole o jídelníčku urozených pánů, chci ještě některé další vypsát pro názornost a přehlednost.¹¹⁷ Recepty

¹¹⁶J. HRDLIČKA, *Hodovní stůl*, s. 187.

¹¹⁷Recepty, které zde vypíši, ve svých knihách otiskli již zmiňovaní autoři citovaných knih, ve většině případů se recepty ve jmenovaných knihách opakují, pro úplnost uvádím, že jsou to M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 69 – 199., PAŘÍKOVÁ – Inka CIPROVÁ, *Dobrá kuchařka českých šlechticů a měšťanů od gotiky po baroko*, Praha, 1995., v této knize je původní jazyk receptů přepsán do dnešní mluvy; Zdeňka TICHÁ, *Bavor z Hustiřan, Kuchařství, to jest knížka o rozličných krmích*, Praha 1975, s. 33–193., autorka v knize zachovává původní ráz jazyka, a stejně tak i Čeněk ZÍBRT, *Staročeské umění kuchařské*, Praha 1927.

pocházejí z výše zmiňovaných kuchařských knih, které jsou buď vydány v edici, nebo je autoři zabývající se tematikou jídla zahrnuli do svého textu. Některým je ponechán původní jazykový ráz, některé jsou přepsány do dnešní podoby českého jazyka.

***Šišky z bílého chleba*¹¹⁸**

Nastrouhej dvě nebo tři žemle, přidej mléko, vejce a zpracuj na husté těsto. Lžící vykrajuj nočky a opeč je na rozehřátém omastku z obou stran. Na míse posyp cukrem nebo pokapej medem a případně ošafaň.

***Spánevň z žemlí takto dělaj:*¹¹⁹**

Vezmi žemlí a okroj je, nadělaj topének a zsuš je, potom slož je v hromadu jako prvé byly, vezmi řeckého vína a mandlův skrájených drobně, oblej čistou strdí a zsekaj to dobře nechť s tím povře. A máš - li víno dobré sladké, přilej k tomu, coť se zdá. Vezmi ty topénky a klad mezi to a daj koření vmíru. Vezmi mouky a udělaj těsto s kvasnicemi, jako by chtěl jablka obalovati, prostrč ty topenice špicemi a obal je těstem. Vložij v máslo neb sádlo, a když se upekou, daj namísu. A bude žemle nadívaná.

***Predlík*¹²⁰**

Uvař kůrky nebo krajíčky chleba ve víně, proced' je, trochu přislad' a okořeň hřebíčky a pepřem.

***Bába mandlová*¹²¹**

Oblúpené mandly stluc a rozpust' je vlažnou vodou, aby dobře husté byly jako hustá kaše. Vezmi bílého chleba, nasuš topenek, vezmi cukr, daj jeho dosti do mandluov, vezmi anézu, udělaj prach, sad' spolu, vezmi ty topenky, rozmoč v tom, daj na pánev do oleje a smaž až na místo, aby nepřepálil.

¹¹⁸M. PAŘÍKOVÁ – I. CIPROVÁ, *Dobrá kuchařka* s. 199.

¹¹⁹Z. TICHÁ, *Bavor Rodovský*, s. 142.a

¹²⁰M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 199.

¹²¹M. PAŘÍKOVÁ – I. CIPROVÁ, *Dobrá kuchařka*, s. 76.

Koblihy pečené¹²²

Vezmi sajz suchý a zetři jej, nabí vajec veň a opepř dobře, měj těsto hotovo, kladli to na to těsto a potom klad' do másla pánev, a když hotovo bude, daj teplé na mísu.

Tvarohová baba¹²³

Zakysanou smetanu nech přejít varem a překapat na sítku. Do tvarohové hmoty vmíchej vejce, přidej rozinky, šafrán a špetku soli. Do vymazané a vysypané zapékací misky klad' krajíčky veky máčené v mléce, na ně rozetři tvaroh, znovu poklad' plátky žemlovky. Povrch pokapej rozpuštěným máslem a upeč do růžova. Při zapékání zalij vejcem rozkloktaným v mléce. Můžeš použít koupený tvaroh.

Polévka s vínem a cibulí¹²⁴

Vezmi nejprve cibuli s dej ji vařit do vody. Potom smíchej víno s octem, přilej ho k tomu, přidej med, rozinky a kapary, omasti olejem a nech dobře povařit.

Polévka z ořechů a křenu¹²⁵

Utři ořechy a křen, přidej máslo a rozpušť to teplou vodou. Povař. Oslad' cukrem. Nasuš krajíčky bílého chleba a ty pak přelej tou polévkou.

Drůbeží vývar s cibulí¹²⁶

Uvař mladou slepici se solí, pepřem, kořenovou zeleninou. Mezitím usmaž cibuli do zlatova. Hotovou drůbež vyjmi, vykosti, sloupni kůži a maso nadrobno usekej. Zalij přecezeným vývarem a ochuť smaženou cibulkou.

Pivní polévka slezská¹²⁷

Do piva přidej nastrohaný tmavý chléb, kmín a sůl. Rozvař, ochuť trochou másla a sekanou zelenou petrželkou.

¹²²TAMTÉŽ, s. 49.

¹²³TAMTÉŽ, s. 45.

¹²⁴M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 197.

¹²⁵TAMTÉŽ, s. 197.

¹²⁶TAMTÉŽ, s. 197.

¹²⁷M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 198.

***Kterak máš udělati hovězí játry na studeno*¹²⁸**

Vezmi hovězí játry, ješto by nebyly kamenité, rozřež je na patero, polož je na rošt, ať se jím dobře připeče. Když se dobře upekou, vložíš je v jakúkolivěk polévku, ať odměknu, potom ochlad' je a obřež čistě. Vezmiš jeden kus a ztluč v moždíři, přičiň k tomu kuorek, roštovaných z chleba, pepře a zázvoru aby ostro bylo. K tomu málo anézu, octa a medu. To zvař spolu, aby husto bylo a potom odstud' to, vložíš játry v ten kondyment a tak dobře bude.

***Hovězí pečení po uhersku takto:*¹²⁹**

Vezmi pečení hovězí, namoč ji v čisté vodě, potom vyjmi ji a upec napoly. A když tak učiníš, vezmi octa vinného, k tomu jalovce (jalovec ztluc napoly) a cibule a vlož tu pečení do čistého polévaného hrnce a nalej toho octa na ni tak přes polovici. A měj pokličku k zamazání a těsto. A když již tak všecko učiníš, vkladu do hrnce nasyp pepře tlučeného k tomu i té cibule krájené. Zamaže, aby průduchu nemělo, vstaviž na čisté uhlí a necht' vře. Až porozumíš, že by dobře byla, i dajž na mísu a jez.

***Maso hovězí s ošlejchem takto*¹³⁰**

Vezmi hovězí maso, uvař namísto a osol dobře. Vezmi ošlejchu a přičiň vína k tomu a petružele. Uvař to v dobrém šmalcu neb v dobré polévce, nepřesoluj. A daj na mísu.

***Šišky z telecího masa, jenž slovou knedlíky, takto:*¹³¹**

Vezmi telecí maso, namoč v studené vodě ať pomokne (a ať v něm žádných kostí není). Ztlučíš dobře trdlem na štoku, potom zřež na kusy a přičiň k němu slanin kus a zsekaj spolu. A přidaj k tomu vína, zelené petružele a přiraz čtyři neb pět vajec, prosekajž spolu čistě. A okořeň pepřem, šafránem a přizasol. I přistav kotlíku vody. A když počne vřít, dělaj šišky z toho masa mezi rukama i mec do toho tvaru. Nech ať uvrou, a zasekaj bránici telecí, jako dršťky zasekávají, a zakořeň je pepřem a šafránem. Dajž na mísu a jez.

¹²⁸M. PAŘÍKOVÁ, I. CIPROVÁ, *Dobrá kuchařka*, s. 88.

¹²⁹Z. TICHÁ, *Bavor*, s. 45.

¹³⁰TAMTÉŽ, s. 46.

¹³¹TAMTÉŽ, s. 48.

Telecí hrudí¹³²

Ostrým nožem udělej do omytého hrudí kapsu. Posol zvěncí i uvnitř a naplň touto nádivkou: Na slanině usmaž dvě až tři vejce s hrstí rozinek a usekanými mandlemi. Přidej pepř, zázvor, špetku šafránu, sůl a nakonec drobně sekanou petrželku. Kapsu po naplnění sešij nebo sepni párátky a v troubě upeč na tuku za občasného podlévání do růžova.

Pečeně beránková, jenž slove salus cordis:¹³³

Vezmi beránka aneb puol, odbeř jej dobře. Potom vezmi slanin čistých, petružele, šalvěje a pepře a zsekaj to dobře. Potom vezmi vejce syrová a smíšej s slaninami a s tím seknáním nadejž beránka a zavž jej. I pec znenáhla. A když se dobře upeče, daj na stůl.

Beranec v česné jíše takto dělaj:¹³⁴

Upec beranec namísto, sejma s rožna zsekaj. A udělaj jíchu tímto obyčejem: Upec topének několik z bílého chleba a zastav je u víně neb v octě nevelmi kyselém a daj čistých švestek. A když rozevře, protáhni skrze hartoch a vlej do kotlíka. Vkladiž tam ten beranec a okořeň pepřem, hřebíčky, ať jest dobře činiti, a přislad' nemnoho. A máš-li jablka, potrus svrchu, když dáš na mísu. A pakli by velcí hosté byli, daj mandlův a řeckého vína a jez.

Jehněčí po polsku velmi chutné:¹³⁵

Podus porce jehněčího. Mezitím nasekej drobně cibuli a usmaž ji do červena na sádle, zalij bílým vínem, okořeň pepřem, zázvorem, hřebíčky a šafránem. Povař, přeced', vlož mekké maso a spolu prohřej.

Skopová pečeně s cibulí a hruškami¹³⁶

Vezmi skopové maso a dobře ho upeč. Potom ho vyndej, vezmi asi čtyři cibule a rozkrájej je na čtvrtky, čtyři hrušky oloupej a rozkrájej je také na čtvrtky, vše dej dohromady a nalij na to hovězí polévku. Přidej na hrubo tlučený pepř. Vař tak dlouho, až zůstane jen málo polévky, pak dej na mísu a jez. Stejně tak můžeš dělat i hovězí.

¹³²TAMTÉŽ, s. 49.

¹³³Z. TICHÁ, *Bavor*, s. 49.

¹³⁴Z. TICHÁ, *Bavor*, s. 50.

¹³⁵TAMTÉŽ, s. 52.

¹³⁶M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 93.

***Mazanec z masa*¹³⁷**

Vezmi maso od mladých jehňat a dobré kďoule, a to spolu uvař do měkka. Dobře to usekej, přidej polovinu strouhaného sýra a několik vajec opeč. Dej to do připraveného těsta, to pak upeč v troubě a podávej teplé.

***Koroptyv neb kapouny vlaským obyčejem*¹³⁸**

Vykuchaj koroptyv a vymaj v studené vodě. Vezmi jablek, obluk a zsekaj a vraz do nich dvě neb tři vejce syrová, vezmi vína v hrozních, strhaj zrna a přidaj mandluov, šalvěje, bazyliky, a nařež zázvoru a nešafraň. Nadívajž ptáky vnitř a zašije čistě, upec na rožně na místo. Udělajž na ně jichu tímto obyčejem: Rozetři mandluov s bílým chlebem a rozpust' vínem sladkým, přičiň octa a nařež tam limounův, protiehni skrze sítko, okořeň skořicí, muškátem i polijž ty koroptyv. Takovým způsobem i kapouny můžeš dělati.

***Chceš - li mítí kuřata v sladké jíše:*¹³⁹**

vezmi kuřat kolik chceš, a uvař je v rosole namísto. Vezmi mléko sladké a zvař je. A potom ta vařená kuřata vlož v to mléko a okořeň šafránem a zázvorem a zvař spolu. Chceš-li, oslad' cukrem, coť se zdá, a potom když chceš dáti na mísu, nasyp na ně vařené rejže. A jestiť to velmi dobrá krmě.

***Slepice s křenem takto udělaj:*¹⁴⁰**

Vezmi slepice dvě neb tři, vař je čistě a když dobře budou, rozdělaj tou polévkou křen a polejíc daj na mísu na slepice. A též i maso volové tím obyčejem.

***Ptáci s cibulí připravení v těste*¹⁴¹**

Uvař ptáky namísto a cibuli umsaž též namísto. i vezmi mouku bílou čistou, víno, smetanu, vejce, i udělaj těsto husté vyhnětené, těmi věcmi rozpuštěné, a když se dobře vytáhne, ošafraň. A vezmi moždířik a rozhřej je dobře. A rozválej těsto tence jako nejaširší pokrutu, dajž ji do toho moždíře, dada do něho ty ptáky a zakořeně cibulí, daj do ní řeckého vína a mandlův řezaných, cukru daj na ty ptáky a zaviň dobře a přistav k uhlí, ať se znenáhla peče. A

¹³⁷TAMTÉŽ, s. 94.

¹³⁸Z. TICHÁ, *Bavor*, s. 99.

¹³⁹M. PAŘÍKOVÁ, I. CIPROVÁ, *Dobrá kuchařka*, s. 67.

¹⁴⁰Z. TICHÁ, *Bavor*, s. 95.

¹⁴¹TAMTÉŽ, s. 92.

když bys rozuměl, že by dobře bylo, vejmi ven. A buď jako mazanec. I vezmiž opět cibule uvařené z hrnku, rozetři ji čistě jako kaši v pánvi. A vezmiž vína dobrého, rozpustiž je a protáhni skrze durchšlák a protáhna přistav k ohni, ať zevře. A okořeň všemi kořeními krom hřebíčku a přislad' cukrem. A oblej okolo toho mazance dada na mísu a posyp skořicí neb zázvorem. Potom budeš jísti.

Kačice divoké neb tetřevy chceš - li mít v černé jíše:¹⁴²

vezmi švestek, daj do kyselého vína a usuš topénku z bílého chleba a daj ji do toho vína ať vře. A kačic vezma vymej a prosol a odpeč na rožně. Protáhna jíchu daj do ní kačice neb tetřevy, aby v tom vřely, a zdálo - li byť se, že by ostrá jícha byla, oslad', čím se zdá, a okořeň. A máš - li jablka, usmaž a daj nasvrchu. A jez.

Páv připravený v kyselici¹⁴³

Páva zabodni v hlavu vnitř a ošklub až do ocasu, vymej jej čistě a nasol, ale málo. A když chceš na rožeň vstrčiti, obtoč čistou rouchou ocas a daj na rouchu těsto dobře řídké. A připrav na rožně nohy, jakoby měl klečeti a hlavu sprav, jako by stála. Korunku oviň šatem atěstem. A upec dobře namísto. A vezma s rožnu sprav jemu ocas zahorka, ať stojí jako kolo. Vstaviž jej na mísu a oblej černou kyselicí. A vezma fíkový maz oblož tomu pávu všecko tělo ztenka a vytejkaj jej konfekty barevnými. A to klad' jako květy, mezi to dělaj růže z oplatkův a rozkládaj mezi to konfekty zředka a vprostředku pozlacenou ruží. A pozlať hrdlo a nohy a přidělaj křídla pozlacená připravená z těsta vaječného. A daj na stuol.

Zvěřina z láku kterákoli takto se má dělati:¹⁴⁴

Vyvař zvěřinu v několika vodách, aby slaná nebyla, a když uvře, zkrájej ji na kusy, jak se zdá, a vklad' do čistého kotla neb hrnce. A udělaj houštěk z topének s octem a s vínem, zkrájej do něho jablko nebo dvě, protáhni a daj na zvěřinu. A okořeň, jakž za potřebu vidíš, a zdá - liť se čím svrchu ozdobiti, to buď při tom, jakž kdo dokáže.

¹⁴²TICHÁ, *Bavor*, s. 93.

¹⁴³TAMTĚŽ, s. 94.

¹⁴⁴TAMTĚŽ, s. 52.

***Vepřovou zvěřinu takto stroj:*¹⁴⁵**

Vezmi chleba, vína, piva a octa vinného, a v tom jednom, v kterémž chceš, vymej tu zvěřinu. Potom ji daj do kotlíka a vař. A daj trochu jablek do toho a jednu cibuli, neb jakž rozumíš. A když uvře, oced' a přebeř a jichu protáhni. Okořeň pepřem a hřebíčky, šafránem a vař to pak spolu. Chceš - li, usmaž trochu jablek k pretování navrch. Item srninu dělaj, jako i jeleninu novou.

***Srnina*¹⁴⁶**

Vymyj srninu vodou tak, aby na ní nebyla srst, vodu přeced' a dej do ní vařit maso. Přidej lžičku vařených švestek nebo třešní, sušený chléb a víno, rozetři a ochutnej. Maso vyndej, omáčku proced' a okořeň šafránem a všemi kořeními. Můžeš též podávat s omáčkou z utřeného bílého chleba a vína, rozředěnou vodou a kořeněnou, omáčkou z dušených jablek, chleba a vína.

***Zajíc ve vlastní šťávě*¹⁴⁷**

Zaječí krev smíchej s vínem a nech ustát u mírného ohně. S krví a vínem pak smíchej hovězí polévku, dej do ní vařit na kusy posekaného zajíce, přidej upražené krajíčky bílého chleba a uvař do měkka. Omáčku proced', zajíce vymyj v pivě a pak ho dej zpět do omáčky na mírný oheň. Přidej koření: pepř, hřebíčky, skořici, šafrán. O smaž na sádle jablka a dej nahoru na zajíce.

***Zadušenina královská*¹⁴⁸**

Upeč koroptve a vlož je do pivního octa na měsíc, potom je vymyj pivem a zase je dej do pivního octa opět na měsíc. Omáčku udělej z bílého vína a vinného octa, dej všechno koření kromě šafránu. Když všechno nespotřebuješ, vezmi víno, ocet starou omáčku, hřebíčky, skořici a trochu cukru a nech to osm týdnů stát.

¹⁴⁵TICHÁ, *Bavor*, s. 52.

¹⁴⁶M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 73.

¹⁴⁷TAMTÉŽ, s. 79.

¹⁴⁸TAMTÉŽ, s. 82.

***Veverky*¹⁴⁹**

Stáhni je, vykuchej, vymyj čistě a dej vařit. Když se zčásti uvaří, slij vodu, veverky vymej a dovaž je v hovězí polévce. Podávej je žluté nebo v černé omáčce. Žlutá omáčka: Upeč játra, usuš krajíček nebo dva bílého chleba, roztluč nebo rozemel, přidej hovězí polévku a preced'. Přidej veverky, okořeň pepřem, zázvorem a muškátovým květem, nezapomeň přisolit. Černá omáčka: Vezmi třešně nebo švestky vařené, usuš krajíčky žitného chleba, smíchem vodu s octem a dej do ní vařit chléb a ovoce. Potom proced', propasíruj, vlož veverky a nech je ještě povařit. Okořeň pepřem, hřebíčky, zázvorem a trochou šafránu, nahoru dej smažená jablka. Omáčka s povidly a vínem: Rozetři rozinky, povidla a játríčka, rozpust' sladkým vínem, proced', okořeň a omasti. Vlož veverky a nech povařit.

***Bobří ocas*¹⁵⁰**

Vezmi ocas i zadní nohy, opar je a dej je do popela, tak se dají dobře očistit. Potom vše uvař ve slané vodě. Udělej následující omáčku: Vezmi krajíček nebo dva bílého chleba a rozinky, roztluč nebo umel a rozpust' dobrým vínem. Proced' a propasíruj, vlij do nádoby, přidej bobří ocas, okořeň pepřem, zázvorem, hřebíčky, květem a šafránem. Omáčku trochu přislad' medem. Pakli chceš ozdobněji udělati, přidej rozinky a krájené mandle.

***Medvědí paznehty*¹⁵¹**

Opal je čistě, potom umyj ve vlažné vodě, usekej pazoury a nech je vařit v čisté vodě. Udělej na ně tuto omáčku: Rozetři v pánvi hořčici, rozpust' ji dobrým vínem, vše nalij na rozetřené mandle, přislad' cukrem nebo medem, přidej vodu z medvědích noh a okořeň hřebíčky a zázvorem. Můžeš podávat teplé i studené.

***Raky v koření takto dělaj.*¹⁵²**

Obvař raky namísto, oblub je a nohy drobné schovaj zvláště. Potom je ztluc v moždíři s topénkami z bílého chleba dbře usušenými. A zhřej víno nevelmi sladké, rozpust jím a protáhni, daj koření, pepře, zázvoru více, vlož tam raky a zvař namísto.

¹⁴⁹M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 199.

¹⁵⁰TAMTÉŽ, s. 196.

¹⁵¹M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 198.

¹⁵²Z. TICHÁ, *Bavor*, s. 64.

Štiku s česnekem takto dělaj:¹⁵³

Usmaž štiku v oleji. Ztluc mandly v moždíři dobře, potom zetři v pánvicím rozpust vlažnou vodou, aby byla jako mandlová polévka, dajž do hrnce, ať zevře dobře. A česnek zetři dobře v pánvici, rozpust' jej tou polévkou aneb mlékem. Dada štiku na mísu teplou polej česnekem a jez.

Losos po polsku¹⁵⁴

dělaj takto: Roztrhni losos a vezmi hřbet a podbřišek, ostruž a zřež na kusy a posol na necičkách nevelmi. Když soli najde, vezmi cibule, oblub a zastav v čistém hrnku. Když uvře, daj do pánve. Tři čistě jako těsto a uvaře rajže, dajž k tomu a spolu rozetři a rozpust' čistým vínem a protáhni. I vkladiž do toho ten losos slaný. Okořeň skořicí, zázvorem, šafránem a oslad' dobře cukrem, daj řeckého vína a nařeže mandlů, dajž mezi to.

Kyselice z kapřích šupin¹⁵⁵

Namoč trochu šupin do vína asi na týden. Dobře je uvař a proced'. Opeč krajíčky chleba do červena a utluč je spolu s uvařenými a proceděnými šupinami v moždíři. Přelij to polévkou ze šupin, propasíruj a dej vařit do hrnce s pepřem, zázvorem, hřebíčky, anýzem a medem. Mísu nebo malé necky pomaž medem a do ní nalij uvařenou kyselici. Nech vystydnout. Před podáváním krájej na kousky a posyp čím se ti nejlépe zdá.

Kapři nadívant¹⁵⁶

Kapry zbav šupin, obřež kůži okolo hlavy a stáhni ji až k ocasu. Vykuchej, maso odřež a dej opéci, posekej ho, přisol, přidej zelenou petrželku, mandle a rozinky a směs nadívej do kůže, kterou jsi stáhnul. Vezmi hrst slámy, dobře namočenou ve vodě, polož ji na rošt a na ni kapry. Ponenáhlu peč. Omáčku udělej ze dvou až tří kusů vařeného kapra s kořenem petržele, rozetři je v pánvi s krajíčkem nebo dvěma krajíčky bílého chleba, přidej víno nebo vodu, proced' a propasíruj. Okořeň čím chceš kromě hřebíčku a když dáš kapry na mísu, polej je tou omáčkou.

¹⁵³Z. TICHÁ, *Bavor*, s. 66.

¹⁵⁴TAMTÉŽ, s. 80.

¹⁵⁵M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 121.

¹⁵⁶TAMTÉŽ, s. 119.

***Štika nebo úhoř nadívaný zelím*¹⁵⁷**

Vezmi štika nebo úhoře, odetni hlavu pryč a vař je velmi dobře. Vezmi hlávkové zelí, posekej s jinými rybami, přidej syrové vejce a šafrán. Tím nadívej kusy úhořové, připeč a dej na mísu.

***Nejnoky (marény) na studeno*¹⁵⁸**

Opař je a čistě umyj. Každému uřež hlavu a ocas a ty dej vařit zvlášť do hrnečku. Nejnoky nejprve zapeč na roštu, a potom je uvař ve víně. Hlavy a ocasy utři s rozinkami a fíky, propasíruj, přidej koření, které máš nejlepší, přidej cukru a zalij vínem z ryb. Nech vychladnout a obé podávej studené.

***Lampredu takto strojiti máš:*¹⁵⁹**

Vezmi malvazí nebo výborného vína pintu neb půldruhé i nalij ho na necky. Vsadiž do něho lampredu. A když se velmi napije, zabodni ji v té dřevě, kteréž má pod hrdlem, ať z ní to všecko vyteče, co jest vypila. A když umře, rozřež ji na dva nebo na tři kusy, prosoliž ji na míse a když ponajde, odpečiž ji čistě na roště tak, až se z ní ta kůže přejštiti bude. I sundaj tu kůži dolův nožem všecku. Potom zřež na kusy, jakť se zdá, i vezmi topénku nebo dvě z celého chleba a řeckého vína, i rozetři čistě v pánvi a rozpust tím vínem, v kterémž jest lampreda byla, a protáhni skrze sítko. A okořeň všemi kořeními a přidej cukru nebo medu. I vkladiž tu lampredu tam, ať vře v té jíše zakořeněné hodinu nebo půl. Chceš - li teplou, můžeš jísti ji, pakli nastudeno, tehdy schovaj ji do polévaného hrnce přikryje čistě. Pakli by chtěl komu poslati, daj tam řeckého vína i mandluov, hřebíčků celých i se závorem řezaným.

***Kaše mandlová krájená takto má dělána býti:*¹⁶⁰**

Vezmi mandlův, coť se zdá s mísu neb dvě, oblub čistě, protluč v moždíři. Potom tři v pánvi dlouho, až se čistě utře. Přistav čisté vody do hrnku i rozpust to horkou vodou, ať jest hustší než smetana. I nechajž toho mléka s puol pinty nebo méně a ostatek vlij do kotlíka a daj cukru, co rozumíš, že by dosti sladko bylo, a vespi do něho mouku z rejže tlučenou a nech, ať čistě uvře. Potom vlej na mísu, ať vystydne, a to mléko, kteréš ostavil, oslad' také a vystud'. Ale ať velmi husté není. A vezma tu kaši zkrájej ji jako topénky a daj na mísu patnáct nebo více kusuov, polejž tím mlékem svrchu. A byli - li by hosté, pospi okolo cukrem.

¹⁵⁷M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 122.

¹⁵⁸TAMTÉŽ, s. 125.

¹⁵⁹Z. TICHÁ, *Bavor*, s. 77.

¹⁶⁰TAMTÉŽ, s. 112.

Kaše z rejže velmi dobrá:¹⁶¹

Vezmi rejže, coť se zdá, a čistou smetanu (a zvař smetanu prvé). Potom tu rejži vypeř a vlož do té smetany a omast máslem a míchaj, ať se nesevře. A potom, když dáš na mísu, pospi skořicí a cukrem.

Kaše v uherské zemi z mladých tykví:¹⁶²

Oblub z nich zelenou kůru a zřež je jako řepu dlouze, smažiš je čistě na pánvi v másle. A když usmažiš, vezmi mladé smetany, daj do ni ty tykve a míšej. A vypera řeckého vína daj tam a rozklekce vajec deset neb dvaceti vlíž do té kaše a míšej. A daj cukru, ať jestli dosti sladko.

Kaše z višně nebo třešně¹⁶³

Višně nebo třešně svař s vínem, proced' a propasíruj. Přidej trochu medu, něco bílého chleba (jenom tolik, aby se kaše zahustila), několik vajec (asi tolik, co je polovina ovoce). Přidej máslo, aby se povařilo, okořeň zázvorem, skořicí a květem. Na míse můžeš posypat tlučným anýzem.

Kaše z fíků s vínem nebo medovinou¹⁶⁴

Fíky dej vařit do čisté vody, potom vodu z nich sced' a přidej do ní víno, ovocné víno nebo medovinu. Fíky dobře utluč v moždíři, přidej tam namočenou zemli a směs dej vařit do vody fíků a vína či medoviny. Oslad' cukrem, okořeň šafránem a skořicí a přidej sušené krajíčky a rozinky. Na míse sypej cukrem.

Kaše z čerstvé růže¹⁶⁵

Přeber čerstvé růžové lístky, umyj je teplou vodou a utluč v moždíři. Potom to dej do pánve, přisyp asi hrst bílé mouky nebo i dvě hrsti a chvíli to tři. Do nádoby dej asi jeden litr nebo i víc vína, přidej med. Do pánve s růžemi nasyp skořici a zázvor a vše přendej do nádoby s vínem. Vař a dobře míchej, aby se to nesrazilo. Přimasti máslem nebo olejem, nedávej šafrán. Chceš-li, posyp to na míse tlučným anýzem.

¹⁶¹Z. TICHÁ, *Bavor*, s. 114.

¹⁶²M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 165.

¹⁶³TAMTÉŽ, s. 175.

¹⁶⁴TAMTÉŽ, s. 178.

¹⁶⁵M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 161.

Kaše knížecí¹⁶⁶

Uvař slepici, vyber z ní kosti a maso dobře posekej. Přidej k němu rozmočený bílý chléb. Kosti roztluč, povař je v hovězí polévce a proced'. Maso, chléb a polévku smíchej, okořeň podle chuti, povař a dej na mísu.

Hrušky nadívané¹⁶⁷

Oloupej hrušky, rozkrájej je na čtvrtky, avšak ponech u nich stopku. Vezmi jiné hrušky, oloupej je, posekej na drobno, vymačkej z nich šťávu a dej je vařit do medu. Přidej bezový a růžový květ a okořeň pepřem, hřebíčky a zázvorem. Ty první rozčtvrcené hrušky dej vařit do šťávy, kterou jsi vymačkal z těch posekaných. Potom je obal těstem z hrušek a medu a vytvaruj vše do tvaru hrušek. Máčej si přitom ruku ve vodě, aby se ti dobře pracovalo. Nakonec vše namáčej do těstíčka a pozvolna smaž na másle.

Koblihy z vlašských ořechů¹⁶⁸

Roztluč dobře ořechy, nakrájej k nim jablka, okořeň. Tuto směs dávej do těsta a smaž na horkém másle.

Mandlový dort¹⁶⁹

Umel čtvrt kila oloupaných mandlí, přidej tři celá vejce a dobře utři. Pak přidej patnáct žloutků a čtvrt kila cukru a znovu vydatně promíchej. Upeč ve vymaštěném pekáčku.

Perníky mandlový¹⁷⁰

Vzítí bílý mouky, jak mnoho chceš, zadělej břečkou medovou, než aby bylo více medu, než vody. Nadělej pokrut co nejtenčích a sušiti v peci po chlebě. Potom zase ty pokruty ztlouci na mouku, prosíti a zadělati medem, vejci, než aby teplý byly, tak těsta udělati. Vzítí hřebíčků, zázvoru, pepře, muškátovýho květu, anýzu, koliandru, co se zdá, jak chceš koření míti, než pepře nejmíně vem. To vše spolu protlouci, to všechno koření dáti do mouky, čistě vyhnísti, dělat do forem perníky, píci poznenáhl.

¹⁶⁶M. BERANOVÁ, *Jídlo a pití*, s. 110.

¹⁶⁷TAMTÉŽ, s. 183.

¹⁶⁸TAMTÉŽ, s. 184.

¹⁶⁹M. PAŘÍKOVÁ, *Dobrá kuchařka*, s. 73.

¹⁷⁰TAMTÉŽ, s. 73.

*Voplatky dobré*¹⁷¹

Vezmi cukru, pepře, vody, smíchej a mouky pěkný k tomu dobře. Zklekci, jak na voplatky vobyčej jest, hustý nehrubě. Dávej do forem, rozehřej na uhlí, obracej, a když dobrý budou, měj hladké dřevíčko, obracej z formy okolo toho dřevíčka a klad' na mísu.

*Šípkové cukroví*¹⁷²

Vezmi šípký přešlé mrazem, rozkroj je, ostrou lžičkou vyjmi jadřince a plody dobře vyper. Povař je a propasíruj, smíchej s cukrem na hustší těsto. Tvaruj pomocí formiček vysypaných cukrem nebo tvoř kostičky, kuličky. Na cukrem posypaném plechu nech usušit v mírné troubě. Uchovej v plechové krabici.

¹⁷¹M. PAŘÍKOVÁ, *Dobrá kuchařka*, s. 74.

¹⁷²TAMTÉŽ, s. 74.

5. Výživa v dobových představách lékařů a v povědomí šlechticů

To, že zdraví je cennější bohatství nežli truhly plné zlata, poznali mnohdy i urození páni. V takových situacích se obraceli na své doktory, aby jim pomohli jak pro ten konkrétní případ, tak i do budoucna. Právě proto vznikala určitá doporučení, která se mimo jiné zabývala i stravovacími návyky a výživou vůbec. O těchto doporučeních, jinak zvaných regimina sanitatis neboli regimenty zdraví, hovořím v samostatné kapitole. „Jací bývají pokrmové, taková bývá i krev, a jaká krev, takový v člověku duchové, a jací duchové, takový vtip člověka jest." To ve své práci cituje Zikmund Winter a doplňuje to ještě známým příslovím „Pověz mi, co jíš, a já ti povím, kdo jsi."¹⁷³

Dobová literatura pokrm charakterizovala jako „všecko to, cožkoli vztahuje se k našemu tělu ku živení a k rozmnožení tělesné naší podstaty".¹⁷⁴ Aby se mohla citovaná definice uplatnit a pokrm skutečně přispěl k „poživení a rozmnožení" těla, musela jeho podstata odpovídat skladbě lidského těla a povaze člověka. Lékařské rady a často i jimi ovlivněné kuchařské předpisy vycházely z představy čtyř základních prvků, které byly dle dobových představ přítomny ve všech věcech, tedy i v těle člověka. Jednalo se o oheň, vodu, vítr a zemi. Tento základní princip příčiny věcí přejímali lékaři od svých předchůdců. Každý prvek měl své vlastnosti, svůj přirozený způsob, tvořený kombinací dvou dvojic protikladných živlů, horka – studena a mokra – sucha. Vítr byl horký a mokrá, oheň horký a suchý, voda byla studená a mokrá a země měla vlastnosti studené a suché.¹⁷⁵ Jak v další části práce ukážu, stejné vlastnosti byly přisuzovány i jednotlivým potravinám. A podle těchto vlastností byly lidem zdravé nebo škodlivé. Především pak doktor Jan Kopp z Raumenthalu velmi důsledně popisuje jednotlivé druhy jídla z hlediska jejich vlastností a doporučuje je, nebo naopak zakazuje lidem s odlišným přirozením. Záleží tak na tom, zda byl člověk přirození horkého nebo studeného, mokrého či suchého. Podle toho si pak měl vybírat z těch druhů potravin, které měli stejné nebo opačné vlastnosti a pokud chtěl i nadále požívat potraviny, které z hlediska svých vlastností nebyly vhodné, měl jejich konzumaci vyvážit konzumací jiného jídla s vlastnostmi pro něj vhodnějšími. Vlastnosti lidí neboli jejich povahy tak určovaly, jakého přirození jsou. Typy povah jsou notoricky známé, jsou to melancholici, flegmatici, sangvinici a cholericí. Ke každé z těchto povah je přiřazená vlastnost, kterou je

¹⁷³Z. WINTER, *Kuchyně a stůl našich předků*, s. 7.

¹⁷⁴Citace z Věra PETRÁČKOVÁ –Jaroslav PORÁK– Martin STEINER (edd.), *Petr Ondřej Matthioli, Herbář, jinak bylinář, velmi užitečný. Tadeáš Hájek z Hájku*, Praha 1982, s. 14.

¹⁷⁵Zdeňka TICHÁ (ed.) *Jan Černý, Knieha lékarská, kteráž slove herbář aneb zelinář*, Praha 1981, s. 26–31.

pak třeba se řídit. Melancholik byl studený a suchý, flegmatik studený a mokrý, sangvinik měl vlastnost horkou a mokrou a cholerik pak horkou a suchou.¹⁷⁶ Důležitou okolností pro rozlišení vhodného jídla pro toho kterého člověka byl také jeho věk. Lidský život se dělil na časové úseky: dětství, mládí, dospělost a stáří.¹⁷⁷ Doktoři pak ale rozlišovali při doporučování či zakazování určitých druhů potravin hlavně dětství a stáří, jako naprosté extrémy. Jan Kopp z Raumenthalu pak ve svém *Gruntovním a dokonalém regimentu zdraví* často zmiňuje staré lidi a děti, především pak nemluvňata člení zcela zvlášť, do zvláštní kategorie. Jedním z podstatných aspektů výživy bylo i zohlednění ročních období. Jan Černý ve své knize píše, že jaro mělo povahu horkou a mokrou, léto horkou a suchou, podzim byl studený a mokrý a zima byla povahou studená a suchá.¹⁷⁸

Všechny zmiňované živly měly čtyři roviny, ve kterých působily, neboli měli tzv. čtyři moci. První moc odpovídala vlastnostem živlů a vystihovala jejich povahu. Druhá ovlivňovala barvu, vůni a chuť, tedy vjemy postižitelné zrakem, čichem a jazykem. Vzhledem k tématu stravování a tedy jídla, byl nejdůležitějším právě vjem poslední, tedy chuť. Rozlišovalo se několik chutí, dalo by se říci, že více než jak bychom je základně rozdělili dnes my. Existovaly tedy chutě „přesedavé“ a trpké, v nichž se uplatňoval prvek země. Kyselost ovlivňovala voda, vítr zase sladkost, oheň a země působily na hořkost, slanost, „pernost a čpavost“ měl v moci oheň. Potraviny nevalné chuti, nebo nějak zkažené měly povahu studenou a mokrou, kterou způsobovala voda. Poslední dvě roviny, nebo moci působení živlů ovlivňovaly jejich vlastnosti lékařské a léčitelské.¹⁷⁹

Tato celá nauka o působení živlů úzce souvisela se zdravým způsobem života a působila v učení o správné životosprávě a zdravém jídelníčku. Zvláště při sestavování určitých návodů a rad, co je vhodné konzumovat, se zohledňoval roční cyklus. Například na jaře, kdy nebylo potřeba mnoho jíst, prospíval člověku půst. Měl se rovněž vyvarovat přílišného pití vína a chladných nápojů. Jako nevhodný pokrm na jaře byly označovány ryby. V létě bylo vhodné jíst jindy spíše zakazované ovoce a pro ochlazení organismu se

¹⁷⁶Čeněk ZÍBRT, *Staročeská tělověda a zdravotvěda*, Praha 1924, s. 6–8.

¹⁷⁷Z. TICHÁ (ed.) *Jan Černý, Knieha lékarská*, s. 30., dětství odpovídalo povaze větru, mládí ohni, dospělost vody a stáří země.

¹⁷⁸Z. TICHÁ (ed.) *Jan Černý, Knieha lékarská*, s. 31.

¹⁷⁹Věra PETRÁČKOVÁ–Jaroslav PORÁK–Martin STEINER (edd.), *Petr Ondřej Matthioli, Herbář, jinak bylinář, velmi užitečný. Tadeáš Hájek z Hájku*, Praha 1982, s. 17 – 18. Ve jmenovaném herbáři je také možné se dočíst chuťových vlastností rozmanitého druhu ovoce. Tzv. přesedavé a trpké věci měly (např. plané hrušky) měly vlastnost stahovat, zhušťovat, srážet, studit a sušit. Kyselé věci měly jako ocet a ovocné šťávy, rozrážely, ztenčovaly a rozdělovaly. Sladké plody a med oslabovaly, zažívaly, změkčovaly a zředňovaly. Hořké věci, například pelyněk byly nejtrvanlivější a měly moc stírat, ztenčovat, rozrážet vlhkost a čistit. Pokrmy slané chuti, jako byl česnek a cibule ztenčovaly, vyčišťovaly, zahřívaly, přitahovaly a spalovaly.

doporučovalo konzumovat chladné pokrmy i nápoje. Lehčí jídelníček celkově prospíval lidskému tělu. Doporučovány mu byly různé saláty a omáčky namísto pečení. Z vín bylo upřednostňováno červené před bílým. Jako nejhorší období z ročního cyklu, které představovalo pro organismus největší zátěž, byl považován podzim. V tomto čase doktoři doporučovali konzumovat výhradně zdraví prospěšné potraviny, které tělu dávaly tzv. dobrou krev, aby se tak zamezilo oslabení již tak náchylného organismu. V zimě pak bylo přirozené požívat jen ta jídla a nápoje, které mají ve své povaze přirozené vlastnosti horka. To bylo zejména víno a silně kořeněná jídla.¹⁸⁰

Při udělení obecných rad doktoři rozlišovali věkové kategorie, ale měli i jiná členění, především pak na děti, starce a ženy. Ještě samostatnější skupinou pak byly těhotné ženy, u nichž se zohledňovalo těhotenství.¹⁸¹ Jim pak byly dávány odlišné rady, rady s ohledem na matku i plod. Nejednalo se však, jak bychom si mohli myslet o nařízení, jaká známe v souvislosti s těhotenstvím dnes, tedy zákaz pití alkoholických nápojů nebo omezení konzumace určitých pokrmů. Zde opět hrála hlavní roli povaha a vlastnosti jednotlivých druhů jídel. Hlavní bylo jíst je v takovém množství a míře, aby byla zachována rovnováha mezi živly a nevychýlila se ona pověstná křivka umírněnosti a harmonie. Na celkovou umírněnost a střídmost ve všem, tedy jídla a pití nevyjímaje, byl dáván skutečně veliký důraz. Doktoři varovali před přejídáním a přílišným pitím, dle nich mohlo způsobovat neplodnost žen i mužů a v době těhotenství mohlo způsobit i potrat. Že dítě čerpá živiny z toho, co konzumuje matka se dobře vědělo, což nám dokládá i tato věta: „dítě živo jest z pokrmu a nápoje mateřina“.¹⁸² K snídani se těhotným ženám doporučovalo pečené jablko s cukrem a k večeři stejným způsobem připravené fíky či pečené nebo vařené švestky.¹⁸³

Nejzdravějším pro dítě pak bylo mateřské mléko, které bylo lékařskými a porodnickými knížkami doporučováno, stejně tak jako kojit po dobu jeden a půl roku až dva roky.¹⁸⁴ Jestliže to nebylo z nějakého důvodu možné, nebo v případě urozených žen velmi časté, že samy nekojily, ujala se dítěte kojná. Jídelníčkem tzv. šestinedělek se zabývali jak lékařské, tak i kuchařské knihy. Z potravin jim pak byly vysloveně doporučovány tyto: hovězí

¹⁸⁰Č. ZÍBRT, *Staročeská tělověda*, s. 109–112. a Z. WINTER, *Kuchyně a stůl našich předků*, s. 69, 79 – 80.

¹⁸¹Č. ZÍBRT, *Staročeská tělověda*, s. 105–107., autor zde vychází z informací čepaných v *Gruntovním a dokonalém regimentu zdraví* od doktora Jana Koppa z Raumenthalu.

¹⁸²Milan KOPECKÝ (ed.), *Mikuláš Konáč z Hodiškova, Pravidlo lidského života*, Praha 1961, s. 58.

¹⁸³Č. ZÍBRT, *Staročeská tělověda*, s. 36.

¹⁸⁴TAMTÉŽ, s. 43–44. O šestinedělkách také píše Z. WINTER, *Kuchyně a stůl našich předků*, s. 39.

polévka, vejce, ječné kroupy, rozinky, kopr, mrkev a šafrán.¹⁸⁵ Mléko kojné muselo být nutně bílé a nezávadné, kojít se doporučovalo dvakrát až čtyřikrát denně,¹⁸⁶ což se nám na dnešní poměry musí zcela jistě zdát málo. V případě, že dítě nechtělo pít z prsu, nebo bylo v době kojení nemocné, bylo doporučeno podávat mu „perlovou vodu“ a kozí mléko. Doktoři doporučovali, aby nejméně do doby, kdy dítěti začnou růst první zuby bylo krmeno pouze mateřským mlékem. Teprve až potom mléko postupně nahrazovaly další pokrmy, ovšem taktéž zhotovovány z mléka. Byly to rozličné mléčné kaše, tvarohy, ale také vaječný žloutek, drůbeží maso, hovězí a telecí polévky s bílým pečivem. Po odstavení od kojení přecházely děti často na stravu dospělých. Jistá omezení však existovala, jejich jídlo nesmělo být příliš kořeněné či slané. Z nápojů bylo stále upřednostňováno mléko, ale bylo jim dovoleno pít i vodu a bílé pivo.¹⁸⁷

Zvláštní jídelníček byl pak doporučován starším lidem, kterým se konzumace některých pokrmů nedoporučovala či dokonce přímo zakazovala. Protože staří lidé byli povahy studené a suché, měli jíst stravu zejména lehkou a dobře stravitelnou. Pro stáří byl také typický jeden nepříjemný průvodní jev, a sice ztráta chuti k jídlu a s tím i ubývání fyzických sil z nedostatku dostatečného vyživení těla. Vhodné potraviny byly vařená vejce, polévky, dobrý chléb a takovou zvláštností byly bonbony, které údajně posilňovaly mozek, srdce a žaludek, čistily krev a obveselovaly lidskou mysl. Z masa byla starým lidem doporučena zvěřina, drůbež, lesní ptáci, někdy také hovězí a telecí maso a v době půstu ryby. Narozdíl od dětí bylo starcům doporučováno silně kořenit, a za vhodné nápoje bylo považováno víno a mléko. Jako nežádoucí pokrmy bylo označeno uzené, vepřové a kozí maso, vodní ptáci, vnitřnosti, čerstvé pečivo, sýry a raci.¹⁸⁸

Nejdramatičtější proměnou procházel jídelníček urozených pánů ve chvílích jejich onemocnění. V takové situaci doktoři doporučovali konzumovat výživné a energeticky hodnotné potraviny. Nemocný se měl vyvarovat studených nápojů, naopak jako vhodné bylo hodnocené teplé pivo, pálenky, svařené víno a různé „lektvaře“ z ovoce, pod kterými bychom si nejlépe mohli představit různé sirupy a šťávy.¹⁸⁹ Konzumaci jídel mohla rovněž znesnadňovat bolest zubů, vyskytující se často jak u urozených pánů, tak i u poddaných. Péče o zuby v době raného novověku nebyla nijak valná, a k tomu je nutno ještě zohlednit

¹⁸⁵Č. ZÍBRT, *Staročeská tělověda*, s. 43.

¹⁸⁶TAMTÉŽ, s. 100.

¹⁸⁷TAMTÉŽ, s. 102.

¹⁸⁸TAMTÉŽ, s. 107 – 109.

¹⁸⁹J. HRDLÍČKA, *Hodovní stůl*, s. 182.

konzumaci rozličných pokrmů výrazných chutí během hostin, pojídaných v rychlém sledu po sobě. To vše dohromady chrupu na zdraví jistě nepřidalo. O bolestech zubů, které jej sužovali, hovoří například Adam mladší z Valdštejna ve svém deníku.¹⁹⁰ V nemoci předcházející smrti doporučovali lékaři posilňující a ochlazující nápoje, zejména pak perlovou vodu, ovocné šťávy, bylinné vody a v některých případech, například na otupění bolesti i silné víno.¹⁹¹

Rady lékařů však nebyly to jediné, co mělo vliv na sestavování jídelníčku a na případném omezování se v jídle. Rozhodující slovo zde měla také církev, která vyžadovala striktní dodržování jasně stanovených postních dnů, o kterých jsem hovořila v kapitole o jídelníčku urozených pánů. Postní dny však kromě duchovních hodnot měly také významný vliv na lidské tělo, a to především očistný. Doktoři půst vítali jako možnost umožnit tělu odpočinek od nezdravého jídla a přejídání se a k utvoření nové, zdravější krve.

¹⁹⁰Marie KOLDINSKÁ –Petr MAŤA, (edd.), *Deník rudolfinského dvořana. Adam mladší z Valdštejna 1602 – 1633*, Praha 1997, s. 331.

¹⁹¹J. HRDLÍČKA, *Hodovní stůl*, s. 182.

6. Charakteristika jednotlivých druhů pokrmů z pohledu doktorů

V již zmiňovaných lékařských literaturách, jakými byly především *regimina sanitatis*, se doktoři zabývali charakteristikou a především rozebíráním jednotlivých druhů jídel. Zvláště podrobně to pak učinil doktor Jan Kopp z Raumenthalu ve svém *Gruntovním a dokonalém regimentu zdraví*,¹⁹² kde se do hloubky věnuje skutečně jednomu pokrmu po druhém a rozebírá jeho vlastnosti a vliv na lidské zdraví. Právě z něj především jsem čerpala informace do další kapitoly, kterou pro přehlednost dělím do jednotlivých kategorií podle známých potravinových skupin. Kromě Regimentu Jana Koppa se, ač ve značně menší míře, vyjadřuje k potravinám i doktor Adam Huber z Riesenpachu pomocí překladu *Regimentu zdraví* dánského autora Henrycha Ranczovia.¹⁹³ O obou zmiňovaných lékařských spisech pojednávám v samostatných kapitolách. Protože je následující charakteristika pokrmů založena především na rozsáhlém zdravotnědém a starším díle Jana Koppa z Raumenthalu, uvádím citace s odkazem na příslušné strany v jeho tisku již u nadpisů jednotlivých kapitol. V případě, že k nim doplňuji nějaké informace převzaté z jiných zdrojů, příslušné citace doplňuji vždy k těmto konkrétním údajům.

6.1. Chléb a jiné pokrmy z obilí¹⁹⁴

Chléb byl považován za základní potravinu a byl mu také přisuzován ohromný význam. Nebyl pouze pokrmem chudých, ale pravidelně se dostával také na stůl urozených pánů. Samozřejmě, že především urození na něj kladli větší nároky, a tak se postupně chleba peklo několik druhů a zpracovával se na několik způsobů, jak jsem již zmínila v předešlých kapitolách. Jan Kopp ve svém *Gruntovním a dokonalém regimentu zdraví* hodnotí chléb jako základní pokrm a zdůrazňuje důležitost správného výběru chleba. Při něm by strážník měl zohlednit několik okolností, konkrétně je to pak výběr zrna, ze kterého se umele mouka. Je podstatné, kde obilí rostlo, zda klíčilo v úrodné půdě a jak bylo sklízeno, tedy zda proběhly žně ve vhodný čas a jak se s obilím poté naložilo. Nejlepší obilí je takové, které rostlo

¹⁹² *Nejjasnejšímu knížeti a panu / panu Ferdynandovi. Římskému Uherskému / a Českému ec, Králi / jeho Kralovské milosti ku poctivosti. A jiným všem obyvatelům Království Českého též ipříslušejícím ktémuž Království zemím / k užítku a dobrému. Gruntovní a dokonalý Regiment (...), Staré Město pražské 1536, Biskupská knihovna Litoměřice, sign. NF 13. (dále citováno jako *Gruntovní a dokonalý Regiment*)*

¹⁹³ Pavel KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia. Regiment Sanitatis Salernitatum*, Praha 1982.

¹⁹⁴ Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 78–79.

v matné a vlhké zemi, takové rodí veliká, plná a matná zrna. Ta dávají mnoho mouky a málo otrub. Žně by měly probíhat v ne příliš horkém, ani příliš chladném období, aby obilí horkem neuschlo, ani vlhkem neztuchlo. Zpracovávat by se dle Koppa nemělo příliš nové obilí, neboť je vlhké a do lidského organismu pak přináší nezdravou vlhkost, a nečistoty, které mohou v měchýři a v ledvinách utvořit kámen, zatvrdit játra i slezinu a dát vzniknout červům. Naopak příliš staré obilí se pro svou suchost a tvrdost těžce zažívá, zatvrzuje břicho a tvoří se po něm „hrubá, zlá, melancholická krev“. Opět tedy platí známá rada, že je nejlepší zachovat pravý prostředek, tedy ani mladé, ani staré. Jako nejvýživnější a tedy i zdraví nejvíce prospěšné obilí hodnotí Kopp pšenici a po ní žito. Doktor to konkretizuje pro jednotlivé typy povah lidí: cholerikovi, tedy horkému a suchému člověku, stejně tak melancholikovi, tedy studenému a suchému, stejně tak hubenému člověku je nejzdravější chléb pšeničný. Naproti tomu hubenému a vyschlému flegmatikovi a teplému a vlhkému sangvinikovi se hodí lépe chléb žitný. Pšeničný chléb může mít ale i negativní vlastnosti, především pak může být těžký k zažíváním starším lidem. Přesto však, když se dobře zažije, dává tělu více živin a jak tvrdí sám autor „mocnou zdravou krev dává“.

Dále se autor odkazuje na váženého Hippokrata, který pravil, že ten chléb, který bývá z čisté a od otrub dobře obdělané mouky pečený, ten je výživný, dává hojnou krev i živnost a nezatvrzuje lidem břicha. Velký význam také připisuje kvasnicím, které společně se solí stravují zbytečnou vlhkost, která by mohla lidskému tělu uškodit. V souvislosti s kvasnicemi se odkazuje na další lékařskou autoritu, a tou je Galénus. Ten praví, že nenakvašený a nenasolený chléb přináší lidem jen škodu v podobě hrubých, flegmatických vlhkostí.¹⁹⁵

Důraz Kopp také klade na správnou velikost chleba, protože velký bochník by nemusel být správně na všech místech propečen, naopak malý by byl zase usušený a pro tělo těžko stravitelný. Při zadělávání těsta je nutné dodržovat správné množství přidané vody. Opět se jí má dát právě tolik, aby chléb nebyl vlhký, ani vysušený. Důležitý pro správně upečený chléb je i oheň, především pak dříví, které se do něj přikládá. Nesmí se použít shnilé a nečisté dřevo, doporučené je smrkové, jedlové nebo sosnové. Oheň by měl mít správnou intenzitu, aby chléb ani nespálil, a ani nebyl mdlý, bez síly chléb řádně propéct. Pokud by se stalo, že kůra chleba bude příliš zčernalá, má se jí strážník vyvarovat, protože by mu přinesla jen „zlou, hrubou a melancholickou krev“ a způsobila potíže se zažíváním. Kopp varuje před konzumací ještě teplého chleba, který přináší bolestivé větry. Adam Huber však zmiňuje, že

¹⁹⁵ Stejně tak Adam Huber z Riesenpachu v překladu Regimentu zdraví Henrycha Ranczovia, hodnotí nekvašený chléb jako těžký pokrm k zažívání, viz Pavel KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia. Regiment Sanitatis Salernitatum*, Praha, 1982, s. 65.

ještě teplá střída chleba je vhodná namáčená do červeného vína. Strávník má pak vonět k čiši, čímž se obveselují „vnitřní duši“ a srdce se tím posilňuje.¹⁹⁶ Stejně tak starý chléb může zatvrzovat játra a není nijak výživný pro tělo. Ideální je konzumovat takový chléb, který nebyl pečený téhož dne, ale není starší než tři dny. Podstatné je i místo, ve kterém je chléb skladován, protože má vliv na jeho chuť i kvalitu. Pokud by stál na nějakém vlhkém místě, pohltil by tu okolní vlhkost a tu by si pak strávník společně s chlebem přinesl do svého těla. Chlebu Kopp přisuzuje také opravnou funkci. Jíst ho lze prakticky ke všemu, tedy i k vodnatým a vlhkým jídlům, jejichž negativní vlastnosti chléb zneutralizuje. Značně však kritizuje „topénky“, usušené kousky chleba, kterých se užívalo k zahušťování omáček i kaší. Ty mají škodit především starým lidem, které vysušují a nepřinášejí jim do těla žádnou výživnou hodnotu.

K preclíkům se Kopp nestaví nijak kladně, tvrdí, že se k ničemu nehodí, protože nepřinášejí tělu žádnou výživnou hodnotu, naopak se těžce zažívají a nadýmají břicho. Koláče i mazance různého druhu odsoudí slovy Galéna, který praví, že ať jsou jakékoli, každému pouze škodí tím, že přinášejí nízkou živnost, zatvrzují játra i slezinu. To platí pro ty, které jsou zadělávány pouze z mouky, ale ty, do kterých se přidává ještě sýr (rozumějme tvaroh), jsou prý ještě horší. Takové druhy pečiva mohou snést prý pouze ti, kteří jsou přivyklí na těžkou práci a ti prý snáze stráví i těžké pokrmy. Stejně tak rozličné oplatky mají být tělu škodlivé, protože podobny nekvašenému chlebu přinášejí tělu škodlivé vlhkosti. Snad jen pro mladé, silné lidi jsou méně škodlivé, ale výživu tělu nepřinášejí ani jim.

Ačkoli ječná rýže a kroupy jsou dle doktora nevýživným pokrmem a mohou způsobovat nadýmání, radí jak je připravit, aby byly tělu užitečnější. Mají se uvařit ve vodě, potom se rozpustí v hovězí polévce nebo v mandlovém mléku, až se z toho stane kaše. Ta je pak naopak výživná a hodnotná. Ovesná kaše, která se dle slov Koppa dává hlavně v německých zemích nemocným lidem, je dle něj velmi zdravá a pomáhá proti horké zimnici. Pohanka a jáhly naopak nejsou zdravé, protože jsou hrubé a méně výživné a k tomu navíc nepříjemně nadýmají břicho.

¹⁹⁶P. KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia.*, s. 66.

6.2. Maso¹⁹⁷

Maso bylo z pohledu doktorů, a tedy i Jana Koppa považováno za nejzdravější a nejvhodnější pokrm, který člověk konzumuje. Především proto, že tělu přinášelo nejvyšší výživnou hodnotu, čímž mu dodávalo sílu a také tvořilo tzv. „dobrou krev“. Samozřejmě se rozlišují vlastnosti jednotlivých druhů masa, některé je považováno za zdravější, jiné za méně zdravé. O masu se také tvrdilo, že má moc napravit škodlivé účinky nevhodného jídla, jako byly například houby. Všem druhům masa má být společné teplé a vlhké přirození. Maso se dělilo na dvě základní skupiny, podle toho, kde ono zvíře, poskytující tuto surovinu žilo. Maso bylo tedy domácí a divoké. Divoké maso dle Koppa bylo suššího přirození nežli domácí a také lehčí k zažívání nežli maso z domácích zvířat. Nejspíš na to lze usuzovat z pohybu, kterého měla lesní, divoká zvířata mnohem více, než ta chovaná v domácím zajetí. Podle slov Hippokrata, kterého ve svém Regimentu Kopp často cituje je maso z divokých zvířat méně náchylné ke kažení a hnilobě, narozdíl od masa domácích zvířat, které se snáze zkazí. Je tedy rozdíl mezi zvířetem krmným a nekrmným. To krmné bývá vždy vlhčího přirození, a je proto vhodné melancholikům a cholerikům. Naopak sangvinici a flegmatici by měli v konzumaci dát přednost divokým zvířatům, jejichž maso je sušší a tedy pro ně, příchýlnější k vlhkostem, vhodnější.

Dále Hippokratés tvrdí, že ačkoli lze do skupin rozdělovat vhodné a méně vhodné maso pro jednotlivé skupiny povah lidí, stejně tak je podstatná skutečnost, že člověk dobře a snadno stráví to, na co má chuť. A naopak, co by bylo s ošklivostí a nechutenstvím pojídáno, se hůře zažije, přestože by to bylo jinak maso zdravé. Rozdílné maso bylo také od samců a samic, přičemž samčí maso bylo povahy horké a suché a oproti samičímu snazší na zažívání a s vyšší hodnotou výživnosti. Další odlišnosti se vyskytovaly mezi masem řezanců a „neřezanců“, tedy vykleštěných samců a nevykleštěných samců. Tzv. řezaná zvířata dle Koppa udržují prostředek mezi všemi zmíněnými druhy, protože nejsou tolik horká a suchá jako neřezaná zvířata, ale zase více nežli samice. Pro sangviniky a flegmatiky je vhodnější maso ze samců a cholerikům a melancholikům pak více vyhovují samice a „řezanci“. Dále Kopp zdůrazňuje rozdíly různě starého masa, tedy rozličně starých zvířat. Ta starší byla samozřejmě tužší a hůře se zažívala, na druhou stranu, když se takové maso strávilo, dodalo tělu více živin. Poslední dělení masa, jež Kopp uvádí je jednoduše podle rozličných druhů zvířat.

¹⁹⁷Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 88

Hovězí maso¹⁹⁸

Tento druh masa Jan Kopp hodnotí jako zdraví méně přínosný, pouze v případě, že by bylo maso z mladého zvířete a hodně křehce vařené, tehdy by méně uškodilo tělu. Méně škodlivé je sangvinikům, a vysloveně nedoporučení hodné melancholikům. Naopak jako velmi hodnotné označuje Kopp hovězí polévky, které se hodí nemocným, protože tělu dodají sílu. Maso v nich by mělo být hodně povařené, doměkka a vývar pořádně silný. Dále je podstatné rozlišit maso od býka nebo krávy, ta má maso méně kvalitní, protože tělu přináší méně výživy a je v něm mnoho vlhkostí, které tělu škodí. Kdo by konzumoval příliš hovězího masa, navíc od staršího zvířete a navíc krávy, měl by se obávat malomocenství, svrabu, zimnice, rozličných fleků na těle a také bolestí plic. Je zajímavé, že zrovna hovězí maso, které bylo na stoly urozených pánů předkládáno nejčastěji ze všech druhů masa, je doktory haněno a prakticky zapovídáno pro jeho nezdravé, až škodlivé vlastnosti. Lze tak usuzovat na to, že pro pány byla často chuť přednější, nežli lékařská doporučení. Na ty brali zřetel až ve chvílích, kdy jim bylo opravdu těžko, nebo se cítili být nemocní.

Kozí maso¹⁹⁹

Ani tento druh masa Jan Kopp nevychvaluje. Je prý těžké k zažívání, tělu nepřináší příliš živin, ale záleží na tom, jak staré zvíře, z kterého ono maso pochází, bylo. Nejhorší jsou staré kozy, ale mladé kozy jsou zdravější nežli neřezaní kozlové. Neřezaní kozlové, ještě mladého stáří nemají tak „odpornou a ostrou“ chuť masa. Nejlepší kozí maso je pak od mláďat, které ještě sají mléko. Jejich maso je lehké k zažívání a tělu prospívá vyšší hodnotou výživných látek.

Vepřové maso²⁰⁰

Dobové označení vepřového masa zní „sviňské maso“, a Jan Kopp mu dle slov starých a nejzkušenějších doktorů přisuzuje největší vlhkost ze všech druhů mas. Zároveň vyzdvihuje jeho kvalitu, protože je velmi výživné a tím převyšuje všechny ostatní druhy mas. Dále autor zmiňuje, že je nejvíce podobné lidskému masu, a snad proto je lidskému tělu prospěšné. Nutné je ale zmínit, že všechna tato pozitiva platí pouze pro samce a roční svině. Selata, která ještě sají od matek a starší svině jsou zdraví spíše škodlivé. Dalším podstatným faktem je, že

¹⁹⁸Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 90.

¹⁹⁹TAMTÉŽ, fol. 90.

²⁰⁰TAMTÉŽ, fol. 90.

chvála vepřového masa se vztahuje na divoké prase, a ne na to domácí, chované v zajetí a vykrmované bez pohybu. Domácí tučná prasata se těžce zažívají a tělu přináší mnoho studených, tuhých vlhkostí a nečistot. Takových se mají varovat především flegmatici, staří lidé a lidé zahálějící, bez těžké práce.

Konzumovat se tedy má roční prase, samec, jež žije v lese nebo se chová na polích, má dostatek pohybu a krmí se samo, aniž by se překrmovalo. Vhodnější je jíst vepřové v zimním období a ideálně ve chvíli, kdy je člověk řádně vyhládlý a má za sebou nějakou těžkou práci či alespoň dostatek pohybu. Potom se takové maso snadno tráví a tělu nejvíce prospívá.²⁰¹ Také Adam Huber ve svém spise souhlasí se slovy svého předchůdce Koppa, když říká, že vepřové maso je lehké k trávení.²⁰²

I zde je patrný rozpor v hodnocení doktorů a oblibě urozených pánů. Vepřové maso, dokonce ani to divoké nebylo pro urozené pány oblíbenou pochoutkou, ze všech mas je právě vepřové zastoupeno v jejich jídelníčku nejméně. A to i přesto, že jej doktoři vychvalovali pro jeho výživnost a snadnou stravitelnost. Opět nejspíše vítězí chuť nad odbornými radami.

Zvěřina²⁰³

Zvěřině jako takové Kopp ve svém spise veliký prostor nedává. V pár větách mluví o několika druzích zvěřiny, celkově se dá ale říct, že ji nijak nepochvaluje. Nejprve hodnotí jeleny jako nepříhodné maso, těžké k zažívání, a v případě, že by ho člověk strávil, nepřinese mu mnoho živin. Snad jen mladí jeleni, kteří ještě sají od matky mají maso méně škodlivé. Obecně platí, že čím mladší jelen, tím lepší je jeho maso. Jeleni, kteří se chovají v oborách a příkopech, uvádí Kopp, jsou na maso lepší nežli divocí, žijící volně v lesích. Adam Huber jelení maso zcela zapovídá a dokonce tvrdí, že jelení ocas je jedovatý.²⁰⁴ Mladé jelení maso má dle Hubera blahodárné účinky na zimnici, a rozhodně je zajímavé zmínit informaci, že růžky mladých jelenů užívají knížata v pokrmech proti jedům, stejně tak jelení kost, která se nachází v jelením srdci.²⁰⁵ Oproti jelenům je prý zdravější srnčí maso. Mezi všemi zvěřinami má mít nejvyšší kvalitu maso, přestože do těla strážníka přinese hodně suchosti, dobře se

²⁰²P. KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia*, s. 65.

²⁰³Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 90.

²⁰⁴P. KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia*, s. 66.

²⁰⁵Tamtéž, s. 66. Užívali snad šlechtici tyto části jeleních těl, aby co nejvíce snížili riziko možné otravy jídlem, či snad cizím, úmyslným zaviněním? Je těžké odhadnout, v jakém smyslu užívá autor výraz „jed“, zda to má být jen škodlivina, která se s ostatním pokrmem dostane do těla a tam způsobí špatné zažívání, či cizorodá látka, vytvořená za úmyslem otravy, či smrti člověka.

stravuje a je výživné. Opět platí, že čím mladší srna, tím má lepší maso. Stejně hodnocení platí pro kamzíky, ačkoli těm Kopp přisuzuje ještě sušší vlastnosti, nežli srnám.

Zaječí zvěřina patří opět mezi sušší masa, do těla prý přináší melancholickou krev. Proto není vhodná pro melancholiky, ale naopak sangvinikům by mohla prospět. Králíci mají podobné vlastnosti jako zajíci, jen jsou prý poněkud snazší k zažívání. Hippokratés o nich pravil, že bílí králíci nejsou tolik suší jako černí a Galénus ještě doplňuje, že tlustí jsou lepší k zažití, nežli hubení. Kopp svoji řeč o králících uzavírá tím, že lepší a výživnější maso mají divocí králíci než ti domácí, chovaní v zajetí, kteří nemají tolik pohybu.

Jako poslední druh zvěřiny jmenuje medvědy. Ani tyto šelmy se nevyhnou označení nepříhodného masa. Je těžké k zažívání, plné nebezpečných a nemoci plodících vlhkostí. Páni je dle Koppa konzumují jen z rozmaru a pro zpestření slavnostní tabule.²⁰⁶ Opět je zde patrný rozkol mezi skutečností a radami doktorů. Právě zvěřina je jedním z nejoblíbenějších pokrmů, které šlechtici často vyžadovali na svých prostřených tabulích. Stejně tak v kuchařských knihách nalezneme nejvíce receptů právě na přípravu tohoto druhu masa. Lze tak usuzovat na to, že zvěřina byla u urozeného panstva ve veliké oblibě, jedli ji často a rádi, ačkoli doktoři ji z hlediska zdraví příliš chválily ani prostoru nevěnovali.

Drůbež a ptáci²⁰⁷

Kapitolu o drůbeži Jan Kopp označuje názvem „ptactvo“. V ní se pak věnuje rozličným druhům domácí drůbeže, ale i divokým, v přírodě žijícím ptákům. V kuchařských knihách pak nalezneme recepty na přípravu ptáků i drůbeže pod jedním společným označením, a sice „koury“. Kopp obecně ptáky rozděluje na ty, kteří svou živnost hledají v povětří a ti jsou sušší povahy, a na ty, kteří přebývají na zemi, ti jsou potom vlhčí povahy. Je dále rozdíl mezi ptáky, žijícími pouze na souši, ti jsou svou podstatou sušší, a mezi ptáky, žijícími ve vodě, kteří mají vlastnosti vlhčí. Dále se rozlišují ptáci dle jejich velikosti, obecně pak Kopp uvádí, že velcí ptáci jsou z podstaty hrubší a hůře se zažívají, nežli drobní ptáci, kteří jsou mnohem sušší a snazší k zažívání. Opět se uplatňuje onen princip podle barev, kdy černí ptáci jsou povahy sušší nežli bílí.

²⁰⁷ Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 91.

Slepice²⁰⁸

Společně s předními starými doktory je Kopp zajedno v tom, že mezi veškerou drůbeží, tedy dle něj ptactvem, jsou nejlepší slepice a jejich maso. Především pro jejich prostřední, čistou a mocnou výživnou hodnotu, kterou přinášejí do těla strávnicka. Nejsou tedy ani příliš suché, ani vlhké, ale zachovávají onen pověstný ideální prostředek, tu kýženou míru, která by měla být v těle zdravého člověka. Kopp upřednostňuje slepičí maso ve vařené úpravě před pečením, protože vaření ve vodě mu dodá něco na vlhkosti a zbaví jej částečné suchosti, které mají o něco víc nežli kuřata. Ta přinášejí tělu dobré vlhkosti, které pomáhají bříchu v uvolňování plynatosti a k tomu jsou i výživná. Aby strávnick nebo spíše kuchař dobře rozeznal, co je slepice a co kuře, popisuje Jan Kopp rozdíl mezi nimi takto: mladé slepice, dokud ještě nenesou vejce a ještě nezačaly kdákat, jsou kuřata, a co je starší, to jsou slepice nebo kohouti. Kuřecí a slepičí maso kromě vysokých nutričních hodnot má také léčivé vlastnosti. Posilňuje prý zažívání, prospívá hlavě, zraku, rozumu a všem smyslům. Mozek této drůbeže má prý schopnost posilnit lidský mozek. Dokonce autor tvrdí, že dokladem toho jsou ti, kteří mnoho slepic a kuřat jedí a jsou prokazatelně moudřejší, nežli ti, kteří dávají přednost vepřovému a hovězímu masu. K slepicím a kuřatům řadí Jan Kopp také kapouny, které z pohledu zdraví staví stejně vysoko, pro jejich výživnost možná i výše.

Kachny²⁰⁹

O této drůbeži se v Koppově spise dočteme pod označením „kačice“. Dle něj jsou v porovnání s domácí drůbeží povahy více horké a těžce se zažívají, avšak když už je strávnick zažije, přinese mu kachní maso do těla dost živin. Stále jsou ale v porovnání se slepicemi a kuřaty méně ceněny, zvláště pro jejich horší stravitelnost. Mohou dokonce škodit žaludku tím, že v něm mohou způsobit hnilobu. Nemocní lidé po kachním mase mohou propadnout zimnici. Celkově zahálejícím lidem, kteří mají mdlé žaludky Kopp radí, aby je vůbec nepožívali. Méně škodné jim mohou být ale kachní krky a křídla, nejlépe v pečené úpravě, konzumované v zimních měsících, kdy jsou prý žaludky odolnější. Lidé horkého přirození, kteří jsou zvyklí pracovat a mají hodně pohybu mohou jíst kachny kdykoli, mužům prý kachní maso posilňuje jejich semeno.

²⁰⁸Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 91.

²⁰⁹TAMTÉŽ, fol. 91.

Husy²¹⁰

Tento druh drůbeže není Koppem nijak vychvalován. V zásadě o husách platí to samé, co o kachnách. Ještě hůře se prý zažívají, žaludku škodí, způsobují bolesti břicha a do těla přináší zbytečné vlhkosti, které se mohou proměnit v rozličné nemoci, jako je například zimnice.

Holubi a holoubata²¹¹

Ani holubi si nezasluhují Koppovu přízeň. Jsou prý horkého a vlhkého přirození, opět těžcí k zažívání, a ty živiny, které přinesou masem do těla se lehce „zapálí“ a přemění se v horkou zimnici nebo jiné nemoci, které pocházejí od cizích a tělu zbytečných živin. Dále holubí maso může způsobovat dokonce otoky hrdla. Zajímavé však je, že lidem, kteří přišli o mnoho krve, nebo byli sužováni delší dobu purgacemi, ať už průjmy nebo zvracením, mohou přinést prospěšné živiny. Další pozitivní vlastností holubího masa je, že pomáhají v tvorbě mužského semene a dodávají chuť k „obcování ženskému“, tedy dodávají jakýsi sexuální apetit. Patřilo snad holubí maso k určitým afrodiziakům? Cholerikům a zvláště sangvinikům je Kopp důrazně zakazuje. Pokud by si je takový člověk přeci chtěl dát, má je připravovat s okurkami, salátem, octem nebo s granátovými jablky. Každý se však má vyvarovat konzumace holubí hlavy, protože ta může způsobovat tzv. „padoucí nemoc“, a proto vždy, než se bude holub péct či vařit, má se mu useknout hlava i s hrdlem.

Další pozornost věnuje Kopp holoubatům, které označuje za méně zdravé nežli holuby. Zvláště pak mladá nebo krmená holoubata jsou nejškodlivější kvůli jejich přílišné vlhkosti. Méně závadná by byla pouze ta holoubata, která alespoň několik týdnů létala a sama si sháněla potravu na polích. Přesto ani ty Kopp nedoporučuje a uzavírá to tím, že je lepší se holoubatům zcela vyhnout.

Pávi²¹²

Pávy Kopp hodnotí jako chuťově dobrý a „rozkošný“ pokrm, nicméně zdraví nijak prospěšný. Těžce a dlouho se zažívají a po strávení přinášejí tělu zlé, melancholické a hrubé vlhkosti. Někteří je považují dokonce za jedovaté, to sice Kopp vyvrací, nicméně připomíná, že zdraví prospěšní skutečně nejsou. Pokud by je někdo chtěl jíst, má je před zabitím a

²¹⁰Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 92.

²¹¹TAMTÉŽ, fol. 92.

²¹²TAMTÉŽ, fol. 92.

konzumací chovat několik dní zavřeně, protože na svobodě by se mohli živit jedovatými červy. Dále také doporučuje nejíst je v ten samý den, co byli zabiti, v létě se mají nechat jeden den uležet, v zimě pak mají dva nebo tři dny nebo déle viset za hrdlo. K nohám se jim má přivázat kamení, protože jejich maso tak lépe zkřehne. Méně lidskému tělu jejich maso škodí v zimě a především pak lidem, kteří mají silné žaludky. Pro jejich co nejlehčí konzumaci doporučuje Kopp silně je okořenit tím nejlepším kořením, co kdo má.

Bažanti²¹³

Tento druh ptactva řadí Kopp mezi divoké ptáky a pro jejich kvalitní maso a snadné zažívání je cení vysoko. Odkazuje se i na starší lékařské authority, když říká, že bažant je příhodný, chvalitebný a spanilý pokrm, který je velmi podobný slepicím a kuřatům. Ve srovnání se slepicemi jsou poněkud sušší, ale výživné hodnoty mají co do porovnání stejné. Lehce se zažívají, posilňují žaludek a napomáhají mu ho zklidnit v případě, že pozřel nějakou zkaženou potravinu. Tělu dodávají sílu, posilňují hlavu a srdce. Doktoři je ale nedoporučují jíst lidem, kteří jsou často nemocní, a to proto, aby si na ně tělo příliš nenavyklo, a aby ve chvíli vážnější nemoci bažantí maso ještě stále působilo jako lék.

Koroptve²¹⁴

Koroptve mají dle Koppa už jen z důvodu jejich příbuznosti, stejné vlastnosti jako bažanti. Jejich maso vychvaluje a přisuzuje mu veskrze kladné vlastnosti, ačkoli narozdíl od bažantů mají studenější a sušší vlastnosti, více zatvrzují břicho, ale nezpůsobují jeho bolest, leda snad zácpu. Nicméně dobře se zažívají, dodávají tělu dost kvalitních živin, posilňují lidský organismus, pomáhají v tvoření spermatu a dodávají mužům chuť k pohlavnímu životu. Lidé s vlhkou povahou mají jíst koroptve v pečené úpravě a sušší lidé mají konzumovat koroptve vařené. Koroptve se dožívají až šestnácti let a platí, že čím starší, tím je jejich maso sušší, proto je lepší jíst maso od mladších koroptví.

Tetřevi²¹⁵

O tetřevích Kopp říká, že se o nich mnoho nepíše, snad jen, že jsou černé barvy, žijí v lesích a vysokých horách, kde jsou největší sucha a proto lze usuzovat na jejich suché

²¹³Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 92.

²¹⁴TAMTÉŽ, fol. 93.

²¹⁵TAMTÉŽ, fol. 93.

vlastnosti a tedy i na jejich horší trávení. Nicméně flegmatikům jsou vhodným druhem masa, protože svou suchostí vyvažují vlhké vlastnosti flegmatiků, a tím jejich tělo uvádějí do harmonie a rovnováhy. V tomtéž odstavci se Kopp ještě vyjadřuje v krátkosti k drozdům, a sice že jsou nezáživní a jejich maso není výživné.

Čápi²¹⁶

Čápi a všichni ptáci, kteří svou potravu hledají ve vodě, jsou dle Koppa nevhodní k požívání. Těžce se zažívají, do těla strávnicka přinášejí nízkou výživnou hodnotu. Pokud je někdo chce jíst, má je připravovat stejně jako pávy, ale prý je lépe se jim zcela vyhnout. Naprosto stejné hodnocení dává Kopp jeřábům.

Křepelky²¹⁷

O nich Kopp říká, že mezi všemi ptáky mají nejnezdравější maso. Těžko se zažívají, tělu přinášejí hnilobu a škodlivé látky, které se snadno promění v rozličné nemoci, například zimnici. Pokud by je někdo chtěl jíst, nemá jich požívat velké množství, a ani příliš často. V ideálním případě se jich má prý zcela vyvarovat.

Hrdličky²¹⁸

Z hrdliček, ačkoli jsou sušší nežli bažanti, se dá připravit prý skvělý pokrm. Obzvláště pak z tlustých, starších jednoho roku, z kterých lze uvařit výživnou a velmi chutnou pochoutku. Jejich maso je výživné, posilňuje prý mozek, rozum i smysly, posilňuje sperma a chuť k pohlavnímu životu. Především pro melancholiky, kteří potřebují mnoho krve a živin je hrdliččí maso velmi vhodné. Podstatné je ale stáří hrdliček, protože pokud by byly starší jednoho roku, je jejich maso více suché a je proto dobré nechat je po zabití jeden den odležet a pak je vařit ve vodě, čímž získají o něco více na vlhkosti.

K masu ještě Kopp přidává kapitolu o jednotlivých částech zvířecích těl, které mají lidé ve zvyku v různých způsobech upravovat a potom konzumovat. Ve svém spise tyto části označuje jako „kusy“ a k jednotlivým z nich uvádí stručnou charakteristiku.²¹⁹ Věnuje se také určitým doporučením, v nichž mluví o jednotlivých místech na těle zvířat, na kterých roste nejlepší a nejkvalitnější maso. Obecně tedy tvrdí, že maso, které je blíže kostem a kůži je

²¹⁶Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 92.

²¹⁷TAMTÉŽ, fol. 92

²¹⁸TAMTÉŽ, fol. 92.

²¹⁹TAMTÉŽ, fol. 93.

chutnější a lehčí k zažívání a celkově také výživnější nežli maso, které se nachází daleko od kůže a kostí. Důvody jsou prý dva, a sice že to, které roste u kůže bývá pročišťováno potem a parami, a to u kostí je díky pohybům křehčí. To maso, které se nachází dál od kostí a kůže bývá hůře stravitelné a přináší zbytečné a škodlivé vlhkosti do těla. Především u dobytka pak platí, že přední díl masa z jeho těla je lepší nežli zadní. Přední díl je pročišťován krví, kterou žene srdce, dále se prsní části více hýbou a tím se lépe zažívá a potom také, že maso nacházející se blízko srdce je silnější a mocnější než to, které je od něj vzdálené.

V dalším hodnocení odkazuje Kopp na vědomosti Avicenny, který říká, že pravá strana zvířat je lepší nežli levá, protože na pravé straně jsou játra, které jí dodávají více horkosti. Na levém boku sídlí slezina, která naopak maso přirozené horkosti zbavuje. Tučné maso je plné škodlivých a zbytečných vlhkostí, které není dobré ani svými živinami a proto je lepší se mu zcela vyhnout. Maso, které je naopak velmi hubené, je také nezdravé pro svou suchost a těžké zažívání. Nejlepší je takové, které není ani tučné ani hubené a zachovává onen vyhledávaný prostředek a míru. Takové maso roste na částech, které se stále hýbou přirozeným pohybem.

Mozek všech zvířat je od povahy velmi studený a velmi vlhký, čímž je tělu špatně stravitelný, škodí žaludku, který se jeho zažitím musí velmi namáhat, dále mozek způsobuje nechutenství, přináší studené a flegmatické vlhkosti, z kterých se rodí rozličné nemoci. Galénus by mozek doporučoval jíst společně s olejem v případě, že by někdo chtěl vyvolat zvracení pro pročištění těla. Dále mozek způsobuje kornatění žil i cév a ucpává průchody k jednotlivým orgánům, například k játrům. Kopp doporučuje zavrhnout konzumaci mozku ze všech zvířat, ale obzvlášť radí vyhnout se mozku z prasat, ovcí, zajíců a srn. Naopak pokud by někdo vysloveně stál o mozek, potom mu tuto část těla doporučuje od veškerého ptactva a drůbeže, kromě holubů.

Nosy a rypáky označuje Kopp ve svém spise jako „nosové”.²²⁰ Svou povahou jsou velmi studené a suché, a dle slov Koppa „chrustnaté”, což lze snad přeložit jako chrupavčité. Jsou velmi těžké k zažívání a neprokazují žádnou výživnou hodnotu, je tedy prý zcela žádoucí se jejich konzumaci vyhnout. Uši se dočkávají naprosto stejné charakteristiky i doporučení se jim vyhnout. Pysky nebo ústa jsou na trávení již o něco lepší nežli uši a nosy, ale ani ony nedávají trávníkovi valnou výživnou hodnotu. Nicméně alespoň jeho tělo nijak nezatěžují. Další komentovanou zvířecí částí, neboli kusem je jazyk. Ten je pro svou prostřední míru, kterou přináší do těla trávníka kladně hodnocen. Dává trávníkovi také poměrně slušné

²²⁰Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 93.

živiny. Jazyky však nejsou vhodné vlhkým lidem, protože těm mohou společně s živinami předávat i zbytečné vlhkosti. Ideální způsob úpravy jazyka je nejprve ho povařit a potom připéct na roštu. Kdo by měl slabý žaludek, má je konzumovat s pepřem, solí a zázvorem.

Srdce mají zvláštní schopnost proměnit své přirozenosti. Pokud jsou ještě v těle živých zvířat, jsou všechna horká, ale jakmile se srdce z mrtvého zvířete vyjme, potom jsou studeného a suchého přirození. Těžce se zažívají, a až se zažijí, dávají skutečně mnoho, ale hrubé a melancholické výživy, která je životu nezdavá a na obtíž. Plíce jsou studené a vlhké, nelehké k zažívání, ale přesto lepší než srdce, játra nebo slezina. Po zažití ovšem přinesou vlhkou, flegmatickou a skromnou výživu. Proto Kopp radí, aby se jim člověk vyhnul a pokud by je přeci jen chtěl jíst, má si vybrat takové, které pochází od mladých zvířat, které se svou přirozeností blíží k prostřednímu způsobu. Tedy skopové nebo telecí by bylo vhodné.²²¹

Žaludky jsou studeného a suchého přirození, které se těžce a hlavně dlouho zažívají. Po zažití nepřináší žádnou hojnou výživu. Pokud má někdo pro chuť žaludky v oblibě, má si alespoň vybrat takové, které pocházejí od mladých zvířat, která ještě sají. Nejvhodnější žaludky jsou ale od ptáků, nejzdravější a s nejhojnějšími živinami jsou od hus. To samé platí i pro játra, obecně nejsou hodnocena pozitivně, ale husí játra, stejně tak kachní jsou z nich všech nejzdravější. O slezině Kopp říká, že ačkoli je mezi lidmi, zvláště pak urozenými pány ve velké oblibě, není k jídlu nijak zdravá. Kromě nízké výživné hodnoty a těžké stravitelnosti může přinášet dokonce franskou nemoc, svrab či prašivost a dokonce malomocenství, nebo trudnovitost. Dále může způsobit smutnou mysl a zarmucuje tak srdce. Dršťky mají stejné vlastnosti jako výše jmenované žaludky, nejsou zdravé a pokud je přesto chce strážník konzumovat, má je alespoň silně okořenit. Ani přesto však nepřinesou tělu žádnou výživu.²²²

Ledvinky jsou teplého a studeného přirození, těžce a dlouho se zažívají. Pouze snad ledvinky od jehňat a selat nejsou tak škodlivé. Další komentovanou částí zvířecího těla jsou varlata, neboli testiculy, Koppem označené jako „rodící oudové“. Pokud varlata pochází od velkých zvířat, velmi těžce se zažívají. Nejlepší jsou ale od krmného býka, které mají vysokou výživnou hodnotu. Vemena, Koppem řečené „vymena“ jsou studeného a vlhkého přirození, čímž přinášejí vlhké, flegmatické a škodlivé vlastnosti. Více se k nim autor nevyjadřuje. Nohy prý dávají málo živin, přední jsou prý lepší a teplejší nežli zadní. Nejvhodnější jsou ve vařeném úpravě s octem a šafránem.²²³

²²¹Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 93.

²²²TAMTÉŽ, fol. 93.

²²³TAMTÉŽ, fol. 94.

Ocasy, Koppem nazvané „ocasové“ jsou hrubé a těžké k zažívání, ale nepřinášejí negativní živiny a jsou horkého přirození. Žaludku pro těžké trávení však škodí, způsobují ošklivost a nechut' k jídlu, dokonce mohou způsobovat i choleru. Ačkoli prý zvláště velicí páni v jeleních ocasech spatřují náramnou pochoutku, Kopp zdůrazňuje, že jsou skutečně nezdravé a někteří doktoři prý mají za to, že jsou jedovaté. Poslední rozebíranou částí zvířecího těla je kůže. Ta je tuhá, studená, pomalu se tráví a přináší zlé a škodlivé živiny.²²⁴

Skladování a úprava masa je pro jeho kvalitu také velmi důležitá. To si Kopp uvědomoval, a proto se rozepsal i o tomto tématu. Veškeré hrubé, tvrdé a nezáživné maso a především pak ptačí má být konzumováno ne hned první dny po zabití, ale má se nechat na nějakém chladném místě viset, aby zkrěhlo. Musí se však zohlednit roční období, v létě je maso náchylnější ke kažení, a v zimě odolá déle hnilobným procesům. Nasolené maso, které navíc v soli leží, delší dobu mění svou přirozenou vlastnost. Čím déle v soli nebo solném láku leží, tím bude sušší. Uzené maso bývá sušší a tvrdší a proto se i hůře zažívá. Velmi nežádoucí je pro zahálejší a lidi s mdlým žaludkem, také pro melancholiky a choleriky.²²⁵

Ryby²²⁶

Všechny ryby jsou od přirození vlhké a tělu tak přináší flegmatické, vlhké a tím i zlé živiny. Ty se v lidském těle rychle a snadno kazí, hnijí a způsobují rozličné nemoci. Také se prý těžce zažívají. Záleží však na tom, z jakých vod ta která ryba pochází. Pokud jsou to stojaté, líně tekoucí a zapáchající vody, kde ryby žijí, je i jejich maso velmi škodlivé, a to snad pro celé lidské tělo. Škodí žaludku, střevům, měchýři, nohám i všem žilám. Vhodné vodní prostředí je takové, kde je voda čistá, průzračná, rychle tekoucí, má písčité nebo kamenité dno a teče daleko od rušných měst, ze kterých pochází mnoho odpadu. Kopp dokonce vysloveně jmenuje Vltavu, která protéká rušnou Prahou, z které se do řeky pravidelně vlévá hnůj a rozličný odpad. V takovém případě jsou zdravější ryby ze stojatých rybníků, než z řek, do nichž se sype odpad a jiné nečistoty.

Dále Kopp upozorňuje, že ryby, které mají šupiny jsou lepší a méně škodí zdraví nežli ty druhy ryb bez šupin. K tomu je lepší se vyvarovat tučných ryb a upřednostnit hubené nebo nejlépe střední, totiž ani tlusté, ani hubené. Významnou roli hraje také stáří ryb a velikost ryb, lepší jsou mladé a středně velké než staré a veliké ryby. Flegmatici, tlustí lidé, studení lidé a

²²⁴Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 94.

²²⁵TAMTÉŽ, fol. 94.

²²⁶TAMTÉŽ, fol. 100.

ženy a starci, kteří mají studené žaludky a málo pracují, nebo žijí na chladných místech, by ryby vůbec neměli jíst, především ne v zimě. Naopak cholericí, kteří mají horké žaludky a lidé, kteří jsou zvyklí na těžkou práci nebo žijí na slunných a větrných místech, mohou požívat ryby bez obav a dokonce jim jsou prospěšné. Především jim jsou zdravé v létě, kdy jim uvolňují ucpané cévy a napomáhají změkčit tvrdá játra a zlepšují kvalitu mužského spermatu. Lidé, kteří trpí dnou nebo kolikou se mají všem rybám naprosto vyhnout, protože by jejich nemoci mohly zhoršit. Není vhodné konzumovat ryby po celodenní, těžké práci, stejně tak by se měl člověk vyvarovat jíst ryby ve studené úpravě. Důležité je, aby se ryby po zabíjení a vykuchání rychle zkonsumovaly, protože jsou náchylné k rychlému kažení. Ideální úprava ryb je vaření a Kopp dokonce zmiňuje, že jejich maso je nejzdravější, jestliže se ryby vaří ještě zaživa.

Tuk celkově, ale především pak rybí, je dle Adama Hubera tělu téměř smrtelným. Překladatelé nechali v Huberově práci pro jistou důraznost nepřeloženou tuto latinskou větu: „Omnis pinguedo mala, piscium pessima.”²²⁷ Jak se tento názor snoubí se známým užíváním rybího tuku jako hlavním zdrojem vitamínů pro kosti a celkovou obranyschopnost v pozdějších dobách, je na posouzení čtenáře. Je zvláštní, že to, co je v době Adama Hubera považováno za tělu neprospěšné a dokonce zdraví škodlivé, je v pozdějších dobách posuzováno jako přínosné a dokonce užíváno jako lék.

Dále Kopp radí, aby člověk nikdy nepil mléko, pokud zrovna jí ryby. Celkově je také lepší jíst najednou pouze ryby a nekombinovat je s jinými druhy masa. Pokud by snad člověk chtěl vystřídat více chodů, pak je dobře jíst alespoň ryby jako první.²²⁸

Parmy a kapři, mající šupiny, jsou lepší než úhoři, mníci, mihule a jiné ryby bez šupin. Přesto jsou ale horší, nežli štiky, okouni, pstruzi, protože mají tužší a vlhčí maso, které do těla nese zbytečné vlhkosti, jež se snadno přemění v rozličné nemoci. Štiky, okouni a pstruzi mají křehčí a sušší maso, které se lehčeji tráví, a do těla přinášejí více živin. Okouni a jiné ryby, které mají šupiny a „bodlavé” kosti, jsou z hlediska rybího masa nejvýživnější a nejzdravější. Lososi a černí pstruzi jsou těžcí k zažívání, tělu přinášejí těžkou, hrubou a flegmatickou vlhkost. Mezi ryby řadí Kopp i raky, kterým rovněž přisuzuje negativní vlastnosti v podobě studených a flegmatických vlhkostí. Pokud se dobře stráví, přinášejí však do těla hojné živiny,

²²⁷Všechn tuk je špatný, rybí však nejhorší. Viz P. KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia*, s. 66.

²²⁸Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 100.

ale zase škodí žaludku. Mají však léčivou schopnost, pomáhají k dobrému spaní a léčí souchotiny.²²⁹

K rybám Kopp řadí také žáby a hlemýžďe, ale dodává, že k nim nepociťuje potřebu se vyjadřovat, protože tělu nedávají žádnou výživu. Doplnuje, že v českých zemích nejsou v oblibě a proto je raději přenechá „Vlachům”.²³⁰

Bobr²³¹

Bobr se tradičně jak v kuchařských knihách, tak v lékařství považoval za postní jídlo a řadil se k rybám. Kopp, vědom si toho, že zařazení bobra k rybám je poněkud matoucí, podává jakýsi důkaz o tomto tvrzení. Vypráví, že po dobu šesti let měl jednoho služebníka, který nemohl snést k jídlu žádnou rybu. Jeho tělo je zkrátka odmítalo. Jednou spolu cestovali a stavili se na oběd v hospodě. Tam zrovna podávali vařený bobří ocas, jen ho ten jeho služebník ochutnal, ihned se začal dávit. Zrovna tak reagoval i na masa všech druhů ryb a proto je tedy prý jisté, že i bobr patří mezi ryby. Dále Kopp říká, že požitelný je z bobra pouze jeho ocas a nohy, především zadní. Tyto části jsou studeného a vlhkého přirození a do těla trávníka přinášejí mastné a flegmatické živiny.

Kopp zohledňuje i skutečnost, že ačkoli se české země nacházejí daleko od moře, a zdejší člověk tedy nemůže konzumovat čerstvé mořské ryby, je ve zvyku je k nám dovážet a konzumovat je v úpravě buď naložené v láku, nebo usušené. Všechny druhy slaných a sušených ryb jsou prý suššího a horkého přirození a tedy se nehodí pro choleriky, ale naopak flegmatikům prospívají. Kopp se odkazuje na Galéna, který praví, že ryby, které jsou nasolené a odložené po nějakou dobu jsou k trávení lepší, nežli čerstvě nasolené a ihned podávané ke konzumaci. V tomto názoru se ale rozchází s Avicennou, kterého Kopp také cituje, a jenž říká, že nově nasolené ryby jsou zdravější, nežli starší. Tento spor jakoby Kopp rozsuzuje a uvádí, že měkké, vlhké a vodnaté ryby, které mají měkké, a vlhké maso škodí méně, pokud v soli leží delší dobu. Protože ta sůl jejich přílišnou vlhkost nasála a tím zamezila, aby do těla trávníka přešla studená a vlhká výživa.

Téma ryb ještě Kopp uzavírá charakteristikou jednotlivých dílů ryb kromě jejich těla, která mají lidé ve zvyku konzumovat. Jako nejlepší části jsou hodnoceny ty, kterými se ryba pohybuje, tedy ocas, ploutve a hřbet. Naopak za nestrávitelné považuje Kopp břicho, hlavu a

²²⁹Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 100.

²³⁰TAMTÉŽ, fol. 101.

²³¹TAMTÉŽ, fol. 101.

střeva, ta jsou prý úplně nejhorší. Zmiňuje, že mnoho lidí má v oblibě játra, ale před těmi varuje. Jako vůbec nejhorší částí ryb ke konzumaci jsou jikry a mlíčí.²³²

6. 3. Mléko, jeho produkty a vejce²³³

Kopp zmiňuje slova Avicenny, který říká, že mléko nic jiného není, než dvakrát svařená anebo zažitá krev, která v prsech zbělí. Protože prsa nebo vemena mají dle něj tu moc, že z červené krve dělají bílou tekutinu. Mléko se vždy chýlí k studenému a vlhkému přirození, kromě chvíle, kdy je teplé, ohřáté. Z mléka lze utvořit tři odlišné podoby, a sice syrnou podobu, ze které se zpracovává sýr, další je mastná, z té se tluče máslo a třetí vodnatá, ze které se vyrábí syrovátka. Každá tato podoba má svou vlastní charakteristiku a rozličné přirození. Syrná podoba, tedy sýr je studená, mastná se blíží prostředku a vyváženosti, a vodnatá je studeného a vlhkého přirození. Sýry mají hrubou povahu a může po nich tvrdnout břicho, máslo je o něco lehčí a naopak ztvrdlé břicho může obměkčit, a syrovátka jsou lehké k zažívání a pročišťují tělo. Mléko v základní podobě má moc čistit tělo od přebytečných vlhkostí, otevírá ucpané průchody k orgánům, dobře se zažívá a přináší velmi hojné živiny. Kopp zdůrazňuje, že je to vlastně pokrm vybraným samotným Bohem každému člověku, který jej přijímá od narození a nad něj pro dětský věk nic lepšího není. Také pro nemocné, horké a suché lidi je mléko vhodným nápojem, zvlášť když se osladí cukrem, tehdy člověk přibere zdravě na váze a dodá mu velmi zdravou barvu.

Je ovšem zásadní dbát na správnou kvalitu mléka, ta se dá rozeznat čtyřmi základními vjemy, a sice barvou, chutí, vlhkostí a vůní. Správná barva zdravého mléka má být bílá, bez jakékoli zažloutlosti nebo začervenalosti. Chutnat má libě, trochu nasládle, nikdy však kysele nebo hořce. Vlhkostí se myslí, že nemá být ani příliš řídké, ani husté nebo hrubé. Pokud jednu kapku utrousíme na nehet palce, tak ta aby nestekla dolů, jen se trochu rozšířila a byla okrouhlá, taková konzistence mléka je pak správná. Vůně má být příjemná, bez jakéhokoli zápachu či zatuchlosti. Dále je také podstatné, od kterého zvířete to které mléko pochází. Kopp zmiňuje, že velbloudí mléko je nejvlhčejší, nejvodnatější a nejřidší, má malou mastnost a proto dává málo živin. Kozí mléko zachovává ten ideální prostředek a míru, navíc pokud se smíchá s mateřským ženským mlékem, je téměř ideální. Je dobré i na otoky, nežitý a rány. Ovčí mléko je hrubší a má méně mastnosti, tudíž i nižší hodnotu živin. Oslí mléko je opět prostředního způsobu, značně vyživuje a pročišťuje břicho. Také pomáhá bolavým prsům,

²³²Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 102.

²³³TAMTÉŽ, fol. 95–96.

léčí kašel a dušnost, uzdravuje zanícený močový měchýř a pomáhá v léčení souchotin. Ženské mléko zachovává ze všech nejlépe onu pověstnou míru a prostředek, pro děti je tedy nejzdravější. Po tomto postupném výčtu ještě Kopp řadí jednotlivé druhy mléka za sebou podle prospěšnosti lidskému zdraví: ženské mléko, kozí, oslí, kravské, ovčí, velbloudí a jako méně vhodné prasečí a koňské.

Kromě všech uvedených aspektů, které je třeba znát pro poznání zdravého mléka, uvádí Kopp ještě další. Je důležité dbát na stáří zvířat, od kterých se mléko dojí. Ideální jsou taková zvířata, která sama zrovna kojí svá mláďata, nebo nejsou více než pět let stará. Nikdy se nemá pít mléko, které pochází od nemocného zvířete. Je také důležité, čím se dojné zvíře krmí. Zvlášť nebezpečné jsou zvířata, jejichž stravu nemůžeme ohlídat a na loukách se krmí pro nás jedovatými bylinami. Pokud má zvíře dostatek pohybu a je často na čerstvém vzduchu, má to pozitivní vliv na jeho mléko. Mléko lze pít v podstatě kdykoli, nemá se ale kombinovat s rybami. Je důležité dbát i na správné skladování mléka, aby bylo v chladných prostorách a přikryté nějakým vlhkým hadrem. Podojené mléko je zdravější pít čerstvé, ještě teplé, nikdy se nemá pít mléko starší nežli tři dny.

Sýr²³⁴

Druhy sýra jsou rozmanité i z pohledu jejich povah. Jsou sýry nové, staré, slané, neslané, prostřední, tvrdé, měkké a opět zachovávající prostředek mezi těmito dvěma rozdíly. Sýry jsou kravské, kozí, ovčí nebo smíšené. Nový, tedy mladý sýr, který je nesolený je velmi zdravý, přináší mnoho živin, člověk po něm přibírá na váze. Nemá však dlouhou trvanlivost, je určen k rychlé konzumaci, protože je náchylný k rychlému zkysnutí. Sýr staršího data je hodnocen jako nezdravý, těžce se zažívá a nepřináší ani výživné látky. Způsobuje bolesti hlavy, žaludku. Pokud by byl navíc hodně solený, může přinášet řadu různých nemocí. Obecně platí, že mladý sýr je lepší než starý, měkký zas lepší než tvrdý, sladký lepší než slaný. Nejlepší sýr lze zhotovit logicky z nejlepšího mléka. Ovčí sýr je zdravější nežli kravský a jako nejméně zdravý Kopp uvádí kozí sýr. Také varuje před přílišnou konzumací jakéhokoli sýra, zvlášť lidem, kteří nepracují a jsou mdlých žaludků. Sýry také škodí zubům, na kterých nechávají mastný povlak a tím je kazí a dále také dásním. Na to Kopp radí, aby si člověk po sýru vždy vymyl ústa octem nebo kyselým vínem.

²³⁴Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 97.

Vejce²³⁵

Hned na úvod Kopp říká, že nejkvalitnější jsou vejce slepičí, bažantí a koroptví. Vejce jsou prostředního přirození, proto se snadno zažívají a navíc přinášejí hojnou a dobrou výživu. Dále také pomáhají v tvorbě mužského semena a vzbuzují chuť k sexuálnímu životu. Vejce se kromě skořápky skládá z bílku a žloutku. Bílek se chýlí od prostředku k studenosti a žloutek je více horký. Mnoho učenců a starých lékařů doporučuje, aby se z vejce jedl jen žloutek, a bílek zapovídají. Vejce snesené slepicemi, které žijí bez kohouta jsou méně zdravé než od těch, které kohouta mají. Platí také, že od mladých slepic jsou vždy vejce zdravější než od starých slepic. Vejce od velikých ptáků, jako jsou husy, kachny a pávy, jsou člověku nezdravé a neměl by je používat ani do vaření. Čerstvá vejce jsou samozřejmě lepší než stará, která jsou náchylnější ke zkažení a přinášejí pak nakažené vlhkosti, které se v těle strážníka snadno obrátí v zimnice a jiné nemoci. Vařená vejce ve vodě jsou zdravější nežli pečená, protože vařená dostanou více vlhkosti a ta vyváží vlastnosti horkého žloutku. Mnoho lékařů doporučuje po uvaření vajec nejíst jejich bílek, ale jen žloutek, který je podstatně výživnější. Vhodnější je dle Koppa vařit vejce ve vodě již bez skořápek, a pokud by se vejce smažila, tak na másle je to nejhorší, protože se do těla dostane příliš omastku a způsobí bolesti žaludku.

6.4. Zelenina

Vnímání zeleniny bylo v mnou sledované době diametrálně odlišné od dnešního. Tato kategorie, která navíc nebyla ani jednotně ucelená, byla dost významně opomíjena. Především pak z hlediska jejího vlivu na zdraví člověka, tak jak jej známe dnes. Zelenina se používala především k vaření, byla hlavně surovinou při zhotovování pokrmů, složených převážně z masa. Navíc i u Koppa v jeho spise není o jednotlivých druzích zeleniny pojednáváno v kapitole s tímto pojmenováním, ale dočteme se o ní v části nazvané „o vaření“. Jak už samotný název napovídá, hlavním důvodem a smyslem používání zeleniny bylo skutečně vaření jiných pokrmů za použití jednotlivých zeleninových přísad. Do kapitoly o vaření řadí Kopp hrách, bob, „ciceru“ neboli cizrnu a fazole.

Hrách²³⁶

Hrách ve svém výčtu Kopp staví na první místo. V hrachu se snoubí protichůdné vlastnosti, jeho vrchní slupka způsobuje tvrdnutí břicha a plynatost a jeho jádro naopak

²³⁵Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 99.

²³⁶TAMTÉŽ, fol. 79–80.

zatvrzelosti zbavuje. Je ale rozdíl mezi hrachem a hrachovou polévkou. Tu Kopp společně s jinými doktory doporučuje užívat nemocným lidem, protože není těžká k zažívání, pročišťuje tělo a otevírá ucpané žíly. Loupaný hrách je zdravější než neloupaný, ten mohou bez obav požívat pouze lidé, kteří pracují a denně se hodně hýbou. Dále je zdravější třený hrách a mladé lusky jsou méně zdravé, více nadýmají a hůře se tráví.

Ačkoli Kopp zdůrazňuje, že hrachu se v českých zemích používá mnohem častěji nežli bobu, chce říct několik slov pro úplnost i o něm. Bob vzbuzuje větry a nadýmání, je těžko stravitelný, ale pokud se dá vařit ve vodě, jeho nadýmající vlastnosti se poněkud zmenší. Vařený bob je pak zdravý na kašel, dobře uvolňuje hlen, slovy Koppa „trhající flus životní“. Cizrna také nadýmá břicho, způsobuje větší uvolňování veškerých tekutin v lidském těle, tedy potu, moče i menstruační krve, slovy Koppa „ženský flus měsíční vede“. Dále také pomáhá tvorbě spermatu a dodává chuť k pohlavnímu životu. Vařená polévka z cizrny je léčivá na uvolnění kamene v ledvinách.

V Koppově práci se rozličné druhy zeleniny vyskytují v kapitolách o ovoci, nedodržím tedy jeho koncept, ale přiřadím jednotlivé druhy zeleniny k sobě a ovoce také zvlášť, aby byl zachovaný charakter dělení těchto plodů, jak ho dnes známe my. Pokračuji tedy tykvemi,²³⁷ ty jsou studeného, vlhkého a vodnatého charakteru a právě i vlhkosti přináší strážníkovi do těla, které se pak snadno mohou obrátit v shnilost. Dále jsou těžké k zažívání, škodí žaludku a Kopp varuje především těhotné ženy před jejich konzumací, neboť by mohly ohrozit jak ji, tak i plod. Protože mají negativní vliv i na střeva, mají se jich varovat nemocní lidé, trpící kolikou. Ideální způsob přípravy tykví pak je vaření, ať už ve vodě, nebo v octě či mandlovém mléce. Vhodné je ochutit je pepřem a hořčicí.

Melouny²³⁸

Kopp říká, že o melounech toho staří filosofové a lékaři sepsali mnoho a vždy se tyto poznatky od sebe zásadně lišily. On se pak ve své práci snaží o jistou kompilaci těchto názorů. Melouny jsou vlhkého, studeného a čistého přirození. Takže lidské tělo ochlazují, vlhčí a čistí, hlavně tím, že z těla nutí odcházet tekutiny ve všech podobách, tedy moč, pot a menstruační krev. Také mají léčebné účinky proti tvorbě kamenů v ledvinách a močovém měchýři. Hippokratés praví, že kvůli množství vody v melounech, způsobují nadýmání, ale lehce se v žaludku přemění na vodu, která záhy vyjde z těla ven a tím ho pročistí. Avicenna

²³⁷Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 84.

²³⁸TAMTÉŽ, fol. 84.

doplňuje, že je vhodné pojídat i ta hnědá zrnka, která usnadňují jejich zažívání. Je vhodné je jíst nalačno, neboli na „štítrobu“, jak tento stav prázdného žaludku nazývá Kopp, případně před hlavním jídlem, nikdy ne však na závěr hostiny a není ani dobré míchat melouny s ostatními pokrmami. Vzhledem k jejich vodnatosti by se jim flegmatici měli vyhnout, a pokud by je přeci jen jedli, mají se na ně napít trochu vína, nebo sníst zázvor. Pokud by jich konzumovali větší množství, mají počítat s průjmy nebo kolikami.

Okurky²³⁹

Tento druh zeleniny má opět vlastnosti studené a vlhké a proto i organismus trávníka zavodňuje a ochlazuje, nicméně v menší míře, než to dělají melouny. Také narozdíl od melounů dávají horší živiny. Především flegmatické ženy a starci by se jim měli zcela vyhýbat, protože pokud by je jedli, mohli by dostat dlouhotrvající zimnici z přílišných flegmatických vlhkostí, které by jim okurky do těla přinesly. Pokud jsou naložené v láku, s octem, koprem a jinou zeleninou, nebývají tolik škodlivé, nicméně lidé s horkým žaludkem je opět nemají konzumovat, protože by je nebyli schopni strávit.

Salát²⁴⁰

I ten je studeného a vlhkého přirození, ale dodržuje míru, s kterou do těla trávníka přináší určité vlhkosti. Lehce se zažívá, čistí tělo odplavováním nečistot společně s močí, hasí ostré bolesti v žaludku, zastavuje horký kašel a uklidňuje a zpomaluje rychlý tep a dokonce má jisté uspávací účinky. Galénus prý dokonce řekl, že ho sám každý večer jedl, aby se dobře vyspal, nemyslel na starosti a ráno byla jeho mysl bdělá. Dále pomáhá proti bolestem hlavy, hasí přílišnou sexuální žádostivost a to hlavně u žen, kojícím ženám pomáhá tvořit mléko. Je však nutné zdůraznit, že všechna tato zmiňovaná pozitiva patří mladému salátu, který v listech nemá ještě mnoho mléka. Starý salát je již hořký a trpký a je zdraví škodlivý. Jeho mléko v listech je kyselé až hořké a do těla přináší škodlivé živiny. Také kazí mužské sperma a škodí očím. Proto se má starý salát jíst leda považovaný. I špenát je vlhkého a studeného přirození, zavlazuje tím břicho a zbavuje bolesti v krku a také léčí horkou krev, která pochází od cholery.

²³⁹Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 85.

²⁴⁰TAMTÉŽ fol. 86.

Zelí²⁴¹

Zelí je opět studeného, ale tentokrát suchého přirození. Do těla přináší kalné a melancholické živiny odporne vůně. Polévka ze zelí je zdravější, ta pročišťuje břicho, ale samotné břicho ho nadýmá a způsobuje křeče. Zelnou polévku má člověk jíst na začátku hodování, a pokud by chtěl jíst samotné zelí, to patří na konec jídelníčku. Zelí obecně je škodlivé žaludku, očím, zubům nebo těhotným ženám. Polévka ze zelí se má vařit nadvakrát, aby se zelí opravdu dobře propláchl, ideálně se má vařit v hovězí polévce, kde bude hovězí tučnější maso, přidá se tam kmín a dobře a dlouho se nechá vařit.

Léčebné účinky zelí byly všeobecně uznávány. Když se zelí smíchalo s octem a přikládalo se na klouby a končetiny, postižené dnou, mělo tuto nemoc léčit, nebo alespoň zbavovat bolesti. Zelí s medem zas hojilo opruzeniny a různé zapařeniny. Společně s octem zelí léčilo rozličná kožní onemocnění, mezi něž se řadilo dokonce malomocenství, prašivina nebo tzv. pekelní oheň na tváři. Věřilo se také, že když se pozře zelí poté, co strážník jedl houby, nemohou mu ublížit ani jedovaté druhy. Zelí mělo také jisté purgativní, neboli vypuzující účinky, protože fungovalo jako projímadlo a kyselého zelí se užívalo k vyhnání červů z těla.²⁴²

Řepa²⁴³

Tento druh kořenové zeleniny Kopp počítal ke koření a hodnotil ji jako nejlepší z nich, především pro živiny, které do těla přináší. Posilňuje zrak, čistí tělo od zbytečností, které se odplavují společně s močí a posilňuje mužské sperma a také chuť k sexuálnímu životu. Vhodná příprava řepy je opět polévka, dlouho doměkka povařená a správně okořeněná. Obecně je dobré používat již starou, sladkou a velikou řepu.

Mrkev²⁴⁴

Z dnešního pohledu nám bude jistě hodnocení Koppa této zeleniny připadat zvláštní. Pro něj to byl kořen hrubý a tvrdý k zažívání, rodí plynatost a nadýmá břicho, „ponouká k smilstvu“ a dle jeho slov sehodí leda pro svou barevnost do jiných pokrmů nebo pro sladkost na ochucení.

²⁴¹Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 87.

²⁴²M. BERANOVÁ, *Zelí, cibule a česnek v kuchyni*, zde s. 187.

²⁴³Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 87.

²⁴⁴TAMTÉŽ, fol. 87.

Cibule a česnek²⁴⁵

Kopp sám uznává, že cibule je v českém kuchařství hojně využívána. Její přirození je velmi horké a vlhké, proto v žaludku rodí zlé vlhkosti, způsobuje větry a žízeň, nadýmá břicho a vzbuzuje bolesti v hlavě. Dokonce přivozuje bludy a fantazie, prý tím, že její páry stoupají hlavou vzhůru. Tím člověk dostane melancholické myšlenky, zlé sny nebo obavy o svůj život. Na druhé straně vzbuzuje chuť k jídlu, napomáhá k trhání a uvolňování hlenu z průdušek, pročišťuje tělo od škodlivin pomocí odvádění moče, i ženské menstruační krve. Nikdy z ní však nic dobrého nevzejde, pokud ji člověk jí syrovou. Vždy je nutné ji doměkka uvařit nebo upéct a nejprůhodnější doba na její konzumaci je na podzim a v zimě. To samé lze říci o česneku, co platí pro cibuli, jen má ještě jednu vlastnost navíc, a sice že z těla vyhání červy a jiné parazity.

Dalšími léčivými účinky těchto dvou cibulovin, byla cibulová šťáva, která když se nalila do nosu, zbavovala strážníka bolesti zubů. Z cibule se zhotovovaly rozličné masti, kterými se měly potírat a tím léčit bradavice, hemeroidy a dokonce i plešatá hlava, na které pak měly vyrašit vlasy. Česneku se užívalo při problémech s močením. Sílu česneku také mohly využít i ženy, které chtěli buď otěhotnět, nebo potratit. Česnek měly svařit a v jeho nálevu sedět.²⁴⁶

Ošlejch²⁴⁷

Pod tímto názvem není zcela jasné, co si představit. Zcela jistě se jedná o nějaký druh cibulové zeleniny, buď je to něco mezi cibulí a česnekem, nebo se možná jedná o pór neboli pórek. Kopp o něm říká, že je suchý a horký, ne však tolik jako česnek. Cholerici a melancholici se ho mají ale varovat, protože tvoří černou a melancholickou krev, navozuje zlé sny, škodí hlavě, i očím, zubům a dásním. Vzhledem k takové kritice se hodí citovat Koppovu větu: „radši by jej sobě měl z života vykoupiti, než do něho lupovati“.

„Vošlejch se ženám hodí, rády po něm děti rodí. Z nosu tekoucí krev staví. Tak slouží k plodu i zdraví.“²⁴⁸

²⁴⁵Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 88.

²⁴⁶M. BERANOVÁ, *Zelí, cibule a česnek v kuchyni*, zde s. 190.

²⁴⁷Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 88.

²⁴⁸M. BERANOVÁ, *Zelí, cibule a česnek v kuchyni*, zde s. 192.

Křen²⁴⁹

Křen je stejného přirození jako zmiňovaná řepa. Oboje jsou horkého a suchého přirození, jsou těžké k zažívání a škodí žaludku. Křen je nejlépe konzumovat až po jídle a v malém množství, dokáže totiž v žaludku stlačovat pozřené pokrmy dolů a tak se mohou snáze zažít. Pokud by člověk pozřel křen před jídlem, pak by vyzdvihoval pokrmy parami nahoru a zažívání by se značně prodloužilo. Dále křen škodí očím, hlavě a hrdlu, vzbuzuje větry a nadýmá břicho. Na druhou stranu láme, čili rozpouští kameny v ledvinách a měchýři.

Houby²⁵⁰

Ačkoli houby nepatří mezi zeleninu, zařazují je sem, protože se jich využívalo stejně jako zeleniny, tedy k vaření a úpravě masitých pokrmů, či polévek. Houby jsou dle Koppa velmi studené a vlhké a tím všechny druhy nezdravé. Vlhkosti, které živinami přejdou do těla trávníka, ztuhnou a zůstanou tam. K trávení jsou velmi nevhodné, zažití trvá velmi dlouho a tím způsobují bolesti žaludku. Pro jisté vylepšení jejich vlivu na zdraví, by se měly jíst pouze ve vařené úpravě, s cibulí, pepřem, zázvorem, šafránem, nebo petrželí či kmínem. Vhodný nápoj k nim je silné víno.

6.5. Ovoce²⁵¹

Ani ovoce z tehdejšího pohledu doktorů nebylo počítáno mezi zdravé jídlo. Naopak, především v syrovém stavu bylo hodnoceno dokonce jako nezdravé. Slovy Koppa dokonce „nemůže být přirovnáno k žádné slušné krmi“. Stejným názorem hodnotí ovoce také Adam Huber, který dokonce ve svém spise varuje své syny a zapovídá je, aby jej nejedli.²⁵² Hlavním důvodem této kritiky je vodnatá vlhkost, kterou ovoce do našich těl přináší. Ty se pak v těle proměňují ve zbytečné živiny a dále v rozličné nemoci. Jediným důvodem požívání ovoce jsou dle Koppa jeho občasné léčivé účinky. Některé ovoce je suché a ztvrdlé břicho změkčuje, takové ovoce se má jíst před jídlem. Naopak jiné druhy ovoce se mají jíst proto, aby měkké a vodnaté břicho zatvrdily, a i takové se má jíst před jídlem. Další druh ovoce je vhodné konzumovat, je - li třeba vyvolat dávení, například při špatném trávení. Takové ovoce se má jíst naopak na konci hostiny. Jiný druh ovoce se používá pro ochlazení, například při

²⁴⁹Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 88.

²⁵⁰TAMTÉŽ, fol. 88.

²⁵¹TAMTÉŽ, fol. 81.

²⁵²P. KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia*, s. 67.

horečkách. A takové ovoce je vhodné konzumovat až na konci hodování. Na ovoce, říká Kopp je nejlepší pít pivo, zvláště v případech horečky. Pokud by jedl ovoce zdravý člověk, bez úmyslu požit ovoce jako léčebný prostředek, může na něj pít vodnaté víno nebo medovinu. Důrazně Kopp varuje před míchání ovoce s jinými pokrmy. Jíst se má vždy buď na začátku stolování, nebo až na jeho konci, nikdy však na vystřídání jednotlivých chodů. Je třeba dát si pozor na kvalitu konzumovaného ovoce. Hlavní roli zde hraje jeho nezralost, zralost, či stáří. Nezralé ovoce ani to příliš staré, kolem kterého již létají mouchy, není vhodné jíst. Opět je třeba jíst pouze takové, které je někdy uprostřed.

Hroznové víno²⁵³

Dobově označované jako „víno v hroznech“. Nejdříve Kopp zmiňuje, že existují tři druhy vína, jednak nedozrálé, tedy hroznové víno, potom zralé, ze kterého se tlačí tekuté víno a potom suché, známé pod pojmem rozinky. Každé z nich má pro tělo trávníka jiný význam. Hroznové víno chladí horký žaludek, dává chuť k jídlu a zastavuje dávení. Bílé hroznové víno, když je těsně před dozráním, je sladké a dává ze všech druhů ovoce nejlepší živiny. Je ale dobré sloupnout vrchní slupku a vyplivnout vnitřní jádérka. Červené hroznové víno je méně výživné, ale zase uvolňuje stolicí, je tedy dobrým lékem na zácpu. Tento druh ovoce je jedním z těch, které se má jíst před jídlem a poté s dalším chodem chvíli počkat, aby měl žaludek čas na částečné stravení. Rozinky jsou horkého přirození, dávají dobrou živnost, posilují žaludek a játra, která zbavují jejich tvrdnutí.

Švestky²⁵⁴

Jsou studeného a vlhkého přirození, pomáhají při změknutí nafouklého břicha a uvolňují stolicí. Kopp se zmiňuje o odrůdě zvané damasceny, což jsou velké uherské švestky. Mají tenkou slupku a šťavnatou a vlhkou dužinu. Je zajímavé, že sušené švestky jsou dle Koppa zdravější nežli ty čerstvé.

Višně²⁵⁵

I višňi je více druhů, jako nejlepší ale Kopp hodnotí černé višně, které nejsou přezrálé. Ty chladí, a do krve přinášejí dobré živiny. Zvláště horkým lidem jsou vhodné vařené višně

²⁵³Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 81.

²⁵⁴TAMTÉŽ, fol. 81.

²⁵⁵TAMTÉŽ, fol. 81.

s cukrem. Přezrálé višně, když jsou již sladké, nemají chladivé vlastnosti a snadno se mění v hnilobu. Nejméně zdravé či dokonce zdraví škodlivé jsou pak třešně. Škodí žaludku a přinášejí zlé vlhkosti, které se rychle a snadno proměňují v nemoci.

Broskve²⁵⁶

U tohoto druhu ovoce je podstatné jeho stáří. Zralé broskve jsou lehké, měkké a vyživují tělo. Nezralé jsou těžké k zažívání a živin do těla mnoho nepřinášejí. Obecně jsou broskve studeného a vlhkého přirození a je lepší je konzumovat před jídlem, protože dávají chuť k jídlu.

Jablka²⁵⁷

Tento druh ovoce je Koppem hodnocen vesměs pozitivně. Svou vůní posilňují hlavu i srdce. Opět se musí rozlišovat jednotlivé druhy jablek, jsou jablka kyselá, trpká, některá bez chuti, ani sladká ani kyselá a jiná sladká. Sladká se dle Hippokrata špatně zažívají, ale kyselá se tráví lépe. Oboje posilňují srdce, hasí žízeň, dodávají chuť k jídlu, ale mohou způsobovat tvrdnutí břicha. Jablka bez chuti i vůně jsou z nich nejhorší, protože do těla přinášejí škodlivé zbytečnosti a dlouho se tráví. Pokud člověk požívá jablka před jídlem, snáze je stráví.

Hrušky²⁵⁸

Opět se rozlišují dle jejich chuti, buď jsou sladké, trpké nebo bez chuti a vůně. Poslední jmenovaná skupina je tradičně nejnezdravější. Sladké dávají více živin, trpké pak méně a navíc způsobují tvrdnutí břicha. Jsou tím druhem ovoce, které je lepší jíst po jídle a pokud by je někdo chtěl konzumovat nalačno, má se na ně napít silného vína. Pečené hrušky jsou pak na zažívání úplně nejlepší a nepřinášejí do těla strávnicka ani žádné vlhkosti a zbytečné škodliviny.

Kdoule²⁵⁹

Tento druh ovoce Kopp vyzdvihuje nad všechny ostatní. Ačkoli pro svou hrubost bývají hůře zažívány, posilňují žaludek a srdce. Kopp nabízí vhodný způsob jejich úpravy:

²⁵⁶Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 82.

²⁵⁷TAMTÉŽ, fol. 82.

²⁵⁸TAMTÉŽ, fol. 82.

²⁵⁹TAMTÉŽ, fol. 83.

upéct je v popele, potom rozřezat a naložit do dobrého vína. Vhodný čas k jejich konzumaci je po jídle, aby zamezily stoupání parám z žaludku, který tráví předešlé jídlo.

Pomeranče²⁶⁰

Koppem nazvané jablka pomerančů jsou dle něj libě voňavé ovoce, ale ve starší literatuře o nich není mnoho psáno. Pomerančové kůry s cukrem posilňují žaludek. Osobní názor Koppa je, že vůně pomerančů posilňuje srdce.

Citróny²⁶¹

V Koppově díle jsou vedeny pod označením „jablka citronová“. Jejich kůra je teplého a suchého přirození, více suchého nežli teplého a je těžká k zažívání, člověk ji nemá jíst ve velkém množství a vždy jen s jinými pokrmy. Posilňuje žaludek, pomáhá ke snadnému zažití a její příjemná vůně obveseluje mysl. Dioscorides o citronové kůře říkal, že když se smíchá s vínem, je dobrá proti jedu a také zahání přehnané chutě těhotných žen. Dužina citrónu je studeného přirození, těžká k zažívání a jíst ji Kopp doporučuje pouze s cukrem mezi jídly. Jádra z pomerančů jsou horkého a suchého přirození, ale k jídlu se nehodí.

Granátová jablka²⁶²

Dalším cizokrajným, a dováženým ovocem byla granátová jablka. Ta jsou sladká, a jsou studeného a vlhkého přirození. Avicenna o nich praví, že nechladí, ale zapalují krev a přinášejí žízeň. Dále o nich tvrdí, že dávají chuť k jídlu, zahání horké zimnice a dávají tělu dobrou živnost. Opět záleží na jejich zralosti, nezralá a kyselá jablka se hodí horkým lidem a sladká jsou vhodnější pro hubené. Jejich kůra se používá jen v lékařství a ne ke konzumaci.

Vlašské ořechy²⁶³

Jejich přirozenost závisí na jejich stáří, proto staré ořechy jsou teplé a suché. Mladé ořechy škodí očím, horkému žaludku, způsobují závrať, dávají málo živin a těžko se stravují. Kdo by jich jedl velké množství, mohl by se mu osypat jazyk drsnými pupínky. Kopp popisuje jejich vhodnou úpravu: poté, co se vyloupou ze skořápek, mají se dát do teplé vody a přes noc je tam nechat. Následující den se snadno svléknou ze slupky, jako by byly mladé.

²⁶⁰Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 83.

²⁶¹TAMTÉŽ, fol. 83.

²⁶²TAMTÉŽ, fol. 84.

²⁶³TAMTÉŽ, fol. 83.

Nové ořechy, kterým se snadno sloupne jejich slupka jsou teplého a vlhkého přirození, ale ne tak horkého jako ty staré. Kopp doporučuje sníst dva, tři ořechy poté, co strážník pozře rybí maso, protože mají schopnost odjímat případné škodlivé dopady rybího masa.

Lískové ořechy²⁶⁴

V Koppově spise vedeny pod označením „léskoví vořechové“, v porovnání s vlašskými ořechy dávají více živin, ale jsou těžší k zažívání. Je důležité, aby je člověk v ústech řádně rozmělnil, protože menší kusy se tráví rychleji. Ačkoli jsou užitečné játrům, žaludku škodí a mohou způsobovat choleru. Konzumovat se mají až na konci hodování.

Kaštiny²⁶⁵

I ty jsou těžké k zažívání a navíc způsobují nadýmání a plynatost, navíc do těla přinášejí hrubé a melancholické látky společně s živinami. Pokud se ale upečou, potom škodí méně a opět Kopp doporučuje je požívat po jídle.

Mandle²⁶⁶

Neboli „mandly“ jsou dvojího druhu, hořké a sladké. První jmenované jsou nevhodné k jídlu, ale sladké mění své přirození podle toho, jakého jsou stáří. Staré sladké mandle jsou stejně jako ořechy více horké, a mladé mandle jsou vlhké, a tak se mohou snadno proměnit v těle na rozličné nemoci. Z mladých mandlí je příhodné dělat mandlové mléko a podávat ho nemocným, trpícím zimnicí. Naopak mléko ze starých mandlí se nehodí, lze ho bez obav udělat pouze z mandlí, jež se nechají přes noc ležet ve vodě a tak zvlhnou. V porovnání s ořechy jsou všechny mandle snazší k zažívání, pomáhají člověku usnout, pročišťují tělo, do těla přinášejí dobré živiny, zvláště pak suchým lidem. Pokud by je člověk oloupal z vrchní slupky, a stloukl s cukrem, tehdy mají pozitivní účinky na tvoření mužského spermatu. Škvařené mandle Kopp doporučuje, protože říká, že se z nich tímto způsobem vypraží olejná, tučná mastnost.

²⁶⁴Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 83.

²⁶⁵TAMTÉŽ, fol. 83.

²⁶⁶TAMTÉŽ, fol. 83.

6.5. Ochucovadla a koření

Med²⁶⁷

Med je horkého a suchého přirození a od doktorů se mu dostává chvály. Obzvlášť flegmatikům a starým, vlhkým a studeným lidem je v době zimního období velice zdravý. Dodává tělu významné a zdravé živiny, čistí tělo od škodlivých vlhkostí, které z něj vyhání. Vařením se jeho sladkost přeměňuje v horkost, je proto vhodný studeným a nemocným lidem. Blahodárně působí na krk a průdušky.

Cukr²⁶⁸

Žaludku, plicím i měchýři prospívá cukr lépe nežli med. Není tolik horký ani suchý, ale spíše vlhký. Červený cukr není tak vlhký jako bílý. Čím bělejší cukr je, tím, je zdravější mladým a horkým lidem. A zase čím je červenější, tím se lépe hodí starým a studeným lidem. Cholerikům cukr není zdravý, protože se jim může snadno obrátit v choleru. Dává dobré a hojné živiny. Pokud se však cukru užívá příliš, může člověka až upoutat na lůžko, protože mu zacpe všechny průchody k orgánům.²⁶⁹

Sůl²⁷⁰

Je horkého a suchého přirození, pokrmům dodává příjemnou chuť, a tím i dodává chuť k dalšímu jídlu. Vyhání přebytečné vlhkosti z těla a tím zamezuje šíření nemocí. Vyvolává žízeň a tím zajišťuje potřebu správného pitného režimu. Zahání svrab a prašivost, je zdravá pro tlusté, studené a vlhké lidi, ale horkým naopak škodí. V menším množství se má konzumovat v létě, ve větším pak v zimě. Negativní dopad má na tvorbu mužského spermatu a také hasí chuť k sexuálnímu životu. Může škodit očím.

Skořice²⁷¹

Je velmi horkého a suchého přirození, je poměrně ostrá a štiplavá a tím stravuje vlhkosti, sídlící v žaludku. Posilňuje mozek, zrak, srdce a játra. Pomáhá v pročištění těla, zvlášť od moči a menstruační krve, rozpouští plynatost a dodává chuť k sexuálnímu životu,

²⁶⁷Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 102.

²⁶⁸TAMTÉŽ, fol. 102.

²⁶⁹P. KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovias*. 65.

²⁷⁰Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 102

²⁷¹TAMTÉŽ, fol. 102.

má tedy jisté afrodiziakální účinky. Pročišťuje také průdušky a zbavuje je hlenů a její vůně obveseluje mysl i ostatní smysly. Vhodnější je studeným a vlhkým lidem, horkým je méně vhodná, především pak v letních měsících.

Vinný ocet²⁷²

Je studeného a suchého přirození, je více suchý nežli studený. Zdravý je cholerikům a melancholikům škodí. Škodí střevům a žilám, je silně nezdravý těm, kteří trpí dnou. Zahání chuť k sexuálnímu životu, škodí těhotným ženám a jejich plodu. Mužům není tolik nezdravý, a nevádí jim, protože způsobuje vrásky a svaštění kůže, což vadí především ženám. Suchým lidem ocet spíše škodí, ale tlustým prospívá. Na závěr Kopp varuje před pivním octem, který podle něj není nic jiného, než zkažená a shnilá voda, která zkysne stejně jako staré ovoce.

Šafrán

I tohle koření je horkého a suchého přirození. Vlhkosti v těle nijak nerozmnožuje, pouze zachovává ty, které již v těle jsou, a opatruje je, aby se nepřeměnily v rozličné nemoci. Prospívá žaludku, posilňuje ho a pomáhá k dobrému zažívání, posilňuje také srdce, játra a pročišťuje tělo tím, že žene ven z těla moč a ženskou menstruační krev. Má také vlastnosti, které pomáhají vyvolat porod, Kopp jej radí rozpustit ve víně a dát pít rodičkám, kterým se zastavil porod. Dále pomáhá k dobrému spaní, ale pokud se ho požívá moc, škodí očím a bolí po něm hlava. Cholerikům je především v letních měsících nezdravý, zato melancholikům kdykoli během roku prospívá.

Muškatový ořech

Je opět horkého a suchého přirození, posilňuje mnoho orgánů, jako mozek, oči, srdce, žaludek a játra, pomáhá ke správnému a rychlému zažívání, moč vyhání z těla, jeho příjemná vůně obveseluje mysl, dále rozpouští plynatost. Kvůli svému horkému přirození je vhodný melancholikům a flegmatikům, naopak sangvinici a cholerici ho nemají konzumovat ve větším množství.

²⁷²Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 102.

Pepř²⁷³

O něm Kopp píše, že je trojího druhu. Dlouhý, který je vlhkého přirození, dále bílý, ještě nezralý a není tolik suchý jako zralý, černý pepř, který je považován za dokonalé koření. První dva zmiňované jsou silným afrodiziakem a vzbuzují tedy chuť k sexuálnímu životu. Černý pepř, jenž je horký a suchý, pomáhá žaludku s trávením, prospívá těhotným ženám, močovému měchýři a dodává chuť k jídlu. Pokud se konzumuje ve velkém množství, odvádí moč z těla ven a pokud se ho jí v přiměřeném množství, čistí tělo od jeho škodlivin pomocí stolice.

Zázvor²⁷⁴

Ten je velmi horkého a suchého přirození, ale o něco méně než zmiňovaný pepř. Má v sobě také hodně ostrosti a štiplavosti. Posiluje žaludek, játra a také zrak, pomáhá v zažívání, rozhání větry a plynatost, vzbuzuje chuť k sexuálnímu životu a zvláště studeným a vlhkým lidem je velice zdravý.

Hřebíček²⁷⁵

Má podobné vlastnosti jako muškátový ořech, je stejně horkého přirození a posilňuje žaludek, játra, srdce i zrak, pomáhá ve správném zažívání a zbavuje různých ekzémových onemocnění jako jsou lišaje a rozličné fleky. Jeho libá vůně obveseluje mysl a ústům propůjčuje příjemný odér.

6.6. Nápoje

Ačkoli je má práce zaměřena hlavně na pokrmy, musím alespoň okrajově zmínit i nápoje, které k hostinám a hodování rozhodně patří. Kopp ve své práci zmiňuje vodu, víno a pivo. Jistě lze k nápojům počítat i mléko, které je součástí jiné, samostatné kapitoly.

²⁷³Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 103.

²⁷⁴TAMTÉŽ, fol. 103.

²⁷⁵TAMTÉŽ, fol. 103.

Voda²⁷⁶

Ze své přirozenosti voda chladí a zavodňuje organismus, a ačkoli nepřináší tělu žádné živiny, má schopnost rozpustit špatně zažívající se pokrmy. Je to vhodný nápoj lidem jakéhokoli věku, i zvířatům. Jako jediná ideálně zahání žízeň a nezpůsobuje žádné nežádoucí účinky. Je nutné ale požívat takovou vodu, která není nijak závadná a zkažená. Kopp opět uvádí základní aspekty, kterých je třeba se držet při testování správné kvality vody. Je to chuť, jež má být jen lehce nasládlá, a hlavně svěží. Dále barva, která má být čirá, případně namodralá, ale nikdy kalná. Zohlednit se musí i pach nebo vůně, voda nemá nijak nepříjemně zapáchat, ale mít příjemnou vůni, trochu zemitou a hlavně vlhkou. Voda k pití má být raději chladná, nežli vlažná. Je také podstatné, odkud voda pochází. Zda ze stojaté vodní plochy, v takovém případě není příliš zdravá, pokud pochází z tekoucí řeky, která je stále v pohybu a neprotéká kolem rušnějšího města, ze kterého se do ní vlévá odpad, pak je tato voda velmi zdravá. Je třeba dbát i na vhodné podmínky studen, ve kterých se voda skladuje. Správná studna je kamenitá, a má mít čisté a nezkalené dno a voda v ní se má čas od času rozkarbovat, aby nebyla stojatá příliš dlouho.

Pivo²⁷⁷

Pivo se vaří z vody, obilí a chmele. Bývá buď husté, řídké, kalné nebo čisté, mladé nebo staré. Kopp říká, že v českých zemích se nevaří žádné jiné pivo než bílé pšeničné nebo černé ječmenné pivo, kterému se říká staré. I voda má být pro vaření piva čistá a nejvyšší kvality. Obecné bílé, pšeničné pivo, nazývané pražské je dle Koppa velmi zdravé, výživné a chutné. Ale přesto má i negativní účinky, jako je nadýmání a těžké zažívání. Studí ale méně nežli ječné pivo. To chladí více nežli bílé pivo, ale nedává tolik dobrých živin. Snáze se zažívá, nenadýmá břicho, čistí tělo tím, že vyhání moč. V porovnání bílého a černého piva co do zdraví prospěšných vlastností vítězí černé pivo. Hlavní pak je dodržovat několik zásad při jeho výrobě. Všechny ingredience, které jsou k jeho uvaření potřeba, musí být čerstvé a nezkažené. Všechna sladká piva dávají mnoho živin, ale nadýmají břicho a tvrdnou po nich játra. Hořká piva, jako je například freiburské, čistí tělo od škodlivin. Husté pivo, jako je staré pražské, táborské nebo rakovnické to má nejvýživnější hodnotu. Ačkoli je to nápoj zdravý a chutný, varuje Kopp před jeho přehnaným pitím. Má prý takovou vlastnost, že hlavně muži

²⁷⁶Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 104.

²⁷⁷TAMTÉŽ, fol. 105.

po něm nehezky tloustnou a hloupnou. Tak jako se má míra dodržovat v jídle, je třeba dodržovat ji i v pití a o pivu to prý platí dvojnásob.

Medovina

Medovina, Koppem v jeho spise označená jednoduše jako „med“ je nápoj vařený z vody, medu a chmele, který je svým přirozením horký. Proto je především flegmatikům a starým lidem velmi příhodný. Má hojné živiny, které přináší do těla a také ho čistí tím, že odvádí škodliviny ven z těla společně s močí. Dále je zdravá slezině a čistí průdušky od hlenů.

Bílé víno²⁷⁸

Je lehké k zažívání a narozdíl od červeného vína je méně horké a také dává méně živin. Je ale vlhčí, protože má svou podstatou blíže k vodě a snáze se zažívá a moč a pot vyhání z těla velmi lehce. Také škodí nejméně ze všech vín dětem, horkým lidem i starcům. Je však rozdíl mezi nažloutlým a čistě bílým vínem. Všechny zmiňované kladné vlastnosti platí pro čistě bílé víno, které je typické pro české země, zato nažloutlé víno se většinou dováží z Uher. Těm Kopp přisuzuje ostrost a horkost, a dětem a horkým lidem by je nikdy nedoporučil.

Červené víno²⁷⁹

I to je velmi horké a suché, posilňuje přirozenou horkost, tzv. zapaluje krev. Tělu dodává mnoho hojných živin a tvoří se po něm větší množství krve než po kterémkoli jiném jídle a pití. Není ale lehké, je tedy horší k zažívání, a nemá ani vyjmenované léčebné vlastnosti bílého vína. V podstatě nic neléčí a ani nepředchází nemocem. Vhodné je především pro ty, kteří potřebují obnovit krev nebo do těla dostat hodně živin. Kyselé a trpká vína jsou studenějšího přirození, těžká k zažívání, a nijak tělo nečistí.

²⁷⁸Jan KOPP z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* fol. 106.

²⁷⁹TAMTÉŽ, fol. 106.

7. Odborná lékařská literatura v knihovnách laiků

Lékaři své poznatky sepisovali především za účely jejich uvedení v praxi. Pro širokou veřejnost tak lékařské knihy znamenaly snadný způsob, jak získat potřebné informace o svém těle, zdraví a především nemoci. V lékařských knihách mohli zájemci nalézt návody na uchování zdraví, nebo rady, jak předejít nemocem, ale i seznamy vhodných léčiv a lékařství. Lékařská literatura obecně se dá rozdělit do několika skupin. Nejčastěji jsou to různé herbáře a bylináře, dále profylakticky zaměřené knihy o moru, nejčastěji označované jako knížky morní a potom tu jsou tzv. regimenty zdraví, latinsky regimina sanitatis. V posledním jmenovaném typu lékařského žánru mimo jiné nalezneme téměř vždy i informace o správné životosprávě, obsahující i pojednání o správné stravě a jídelníčku. Vzhledem k tématu své práce jsem proto regimentům zdraví vyčlenila samostatnou kapitolu, ve které tento literární žánr představuji podrobněji a v dalších kapitolách rozebírám dva konkrétní regimenty zdraví, a sice *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví* od Jana Koppa z Raumenthalu a *Regiment zdraví* v překladu od Adama Hubera z Riesenpachu.

Nejvíce frekventovanou tematikou v lékařské literatuře byly v 16. století profylaktické spisy, jednalo se o tisky, zaměřené na ochranu proti moru. Vzhledem k obecně rozšířenému strachu a obavám před touto nakažlivou nemocí, byly knihy s morní tematikou nanejvýš vyhledávanou a podle uživatelů i vítanou možností jejich ochrany. Přesný počet morních knih však není možné určit, ne vždy je totiž spisovali skuteční, tedy studovaní lékaři. Cenné informace nám poskytl inventář knižního skladu tiskárny Daniela Adama z Veleslavína, pořízený k 28. lednu 1606.²⁸⁰ Tento soupis dokládá, že ve skladu bylo uloženo dosud neprodaných 1073 *Herbářů*, 624 *Apaték domácích*, 349 *Regimentů zdraví* a 490 *Naučení o moru*.²⁸¹

Stejně jako rostl náklad tištěných knih, klesala i jejich cena. Tento příznivý jev tak způsobil, že si méně zámožní měšťané mohli dovolit rozšířit svou knihovnu natolik, jakou dříve měli jen výjimečně světští a církevní velmoži. Nákladné a finančně méně přístupné zůstaly i nadále rozsáhlé foliové knihy, vybavené velkým počtem rytin. Takovým byl například herbář tištění u Melantricha, prodáváný za tři až čtyři kopy grošů míšeňských.²⁸² Vzhledem k tomu, že dokonce za šest kop grošů míšeňských se prodával i Veleslavínem vydaný *Herbář*, rozhodl se

²⁸⁰Publikovaný jako příloha ke studii Mirjam BOHATCOVÁ–Josef HEJNIC, *O vydavatelské činnosti Veleslavínské tiskárny 1578–1620*, Folia Historica Bohemica 9, Praha 1985, s. 291.

²⁸¹TAMTÉŽ, s. 367.

²⁸²Jiří PEŠEK, *Jiří Melantrich z Aventýna: příběh pražského arcitiskaře*, Praha 1991, s. 21.

Daniel Adam z Veleslavína společně s Adamem Huberem z Riesenpachu vydat finančně přístupnější lékařskou knihu *Apatéku Domáci*, kterou si mohli obstarat i méně movití lidé.²⁸³

Podle Peška probíhalo od 70. let 16. století období, kdy kniha přestala patřit k těžko dostupným a drahým artiklům. Na přelomu 16. a 17. století se cena knih pohybovala v rozmezí zhruba deseti krejcarů až tří zlatých, přičemž cenu mohla zvednout honosně vyhotovená vazba knihy. Cena nesvázaných knih pak byla vždy podstatně nižší. Od téhož autora se můžeme dočkat zajímavého srovnání, ve kterém ceny knih srovnával s cenami potravin nebo jednodenním platem rozličných řemeslníků. Rozsahově menší knížky se tak rovnaly například asi dvaceti litrům piva nebo necelé denní mzdě kvalifikovaného zedníka.²⁸⁴

Tím, že se knihy staly lidem přístupnější se logicky zvedla i úroveň gramotnosti a vzdělání. Je docela možné, že informace v odborných lékařských publikacích přispěly k tomu, že se mnohdy zamezilo rozšíření nakažlivých onemocnění, a naopak se rozšířilo obecné povědomí o základních postupech v léčbě běžných onemocnění, ke kterým nebyl potřeba odborný lékařský dohled. Jiří Pešek ve svých bádáních vedl procentuální statistiky výskytu knih s lékařskou tematikou v knihovnách v Praze. Od vysokých 13,4 % na Malé Straně až po 4,8 % na Novém Městě. Právě zde se v knihovnách vyskytovaly pravidelně tyto tituly: Matthioliho Herbář, *Apatéka Domáci*, porodnická příručka *Růžená zahrádka* a další v latině psané herbáře. Ve větší míře se objevovaly tisky od Hippokrata, Galéna a Vesalia. Pokud závěry vztáhneme na celou Prahu, je možné konstatovat, že první místo z bohemialní lékařské literatury zaujímal různá vydání Matthioliho Herbáře, která společně s *Apatékou domáci* byla v pražských domácích knihovnách zastoupena v padesáti kusech. Tolikačetného výskytu nedosáhla v Praze žádná jiná lékařská kniha. Jistě velice rozšířená byla i foliová kniha Jana Koppa z Raumenthalu *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví*, společně s autorovou *Knížkou o nakažením morním* zaznamenána ve výskytu 10 exemplářů.²⁸⁵

Skutečnost, že se odborné a ne vždy snadno dostupné knihy nacházely ve větších knihovnách prestižnějších domácností, není nijak překvapivá. Ale Zikmund Winter tvrdí, že i v malých měšťanských knihovnách bylo možné nalézt lékařské knihy. V první polovině 16. století jim vévodil *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví* od Jana Koppa, v druhé polovině pak *Apatéka domáci* Adama Hubera a některé z četných herbářů.²⁸⁶ Je nutné si také ale uvědomit, že

²⁸³Mirjam BOHATCOVÁ, *České tištěné herbáře 16. století*, Praha 1991, s. 68.

²⁸⁴Jiří PEŠEK, *Měšťanská vzdělanost a kultura v předbělohorských Čechách (1547–1620)*, Praha 1988, s. 76.

²⁸⁵Jiří PEŠEK, *Knihy a knihovny v kšaftech a inventářích pozůstalostí Nového Města pražského v letech 1576–1620*, Folia Historica Bohemica, 2, 1980, s. 247.

²⁸⁶Zikmund Winter, *Měšťanské libráře v XV. a XVI. věku*, časopis muzea království českého, 66, 1892, s. 75.

všechny statistiky není možné brát jako úplné, protože zaznamenány byly povětšinou ty knihy, které měly vyšší cenu, a výtisk proběhl jen v menším počtu exemplářů, a celkově byly tedy vzácnější. Dosti vzácné na to, aby stálo za námahu je někde zaznamenat, či se o nich zmínit jako o svém vlastnictví.

7. 1. Regimenty zdraví jako žánr lékařské literatury

Lékaři a doktoři volili při sepisování svých poznatků ze svého oboru řadu různých způsobů, jak je uchopit a uspořádat. Za dobu, kdy se sepisovala lékařská literatura, vzniklo mnoho typů jednotlivých žánrů. Každý měl svou charakteristiku a obsah. Některé spisy byly zaměřeny na profylaxi, tedy obranu či ochranu před nakažlivou nemocí, nejčastěji se jednalo o tzv. morní knihy. V nich autoři dávali rady, jak se vyvarovat a dokonce předejít nebezpečné nákaze, jaká pravidla je třeba dodržovat v případě, že přijdeme do styku s nemocným člověkem. Dále velmi častým žánrem byly herbáře. V nich čtenář hledal informace o jednotlivých druzích léčivých, ale naopak i jedovatých bylin. Kromě jejich popisu, uváděném místě výskytu, a někdy i návodu k výrobě léčiv, mohl najít ilustrace, tedy přesné vyobrazení podoby jednotlivých druhů bylin. Dalším typem lékařské literatury byly tzv. porodnické příručky. Obsah je jasný již ze samotného názvu, nicméně tento druh literatury nemuseli nutně vždy vydávat studovaní doktoři. Naopak z větší části jich byla řada sepsána nestudovanými lékaři, nebo dokonce i porodními "bábami". Dále také vycházely tisky, reflektující tematiku pouštění krve a problematiku vlivu hvězd na člověka. Právě určité varování a popis správné procedury pouštění krve vydávali studovaní doktoři jako obranu pacientů proti nestudovaným a často pochybným ranhojičům. Například Jan Kopp z Raumenthalu ve svém *Gruntovním a dokonalém regimentu*²⁸⁷ zdraví se velmi často rozčiluje nad tzv. neučenými popy, barvíři, bradyři, ranhojiči a baby porodními, které podle něj jsou schopni člověku spíše svou neodborností zdraví vzít než vrátit. V této krátké kapitole bych ráda blíže představila jeden ze žánrů lékařské literatury, který je stěžejní pro téma mé práce, a tím jsou regimenty zdraví, neboli regimina sanitatis. Právě v tomto typu lékařské literatury prakticky vždy nalezneme informace, které se týkají stravy a jídelníčku. Nalezneme v nich informace o jednotlivých druzích potravin a jejich vliv a dopad na lidské zdraví. Občas se

²⁸⁷ *Nejjasnějšímu knížeti a panu / panu Ferdynandovi. Římskému Uherskému / a Českému ec, Králi / jeho Kralovské milosti ku poctivosti. A jiným všem obyvatelům Království Českého též ipříslušejícím ktémuž Království zemím / kužitku a dobrému. Gruntovní a dokonalý Regiment (...), Staré Město pražské 1536, Biskupská knihovna Litoměřice, sign. NF 13. (v práci citováno jako *Gruntovní a dokonalý Regiment*)*

v nich vyskytne i návod neboli recept na ideální způsob jejich úpravy, aby člověku přinesly co nejvíce živin a naopak co nejméně uškodili tělu.

Regimina sanitatis prošly dlouhým vývojem, ve středověku zažívaly svůj "rozkvět" a staly se jedním z nejoblíbenějších a nejpoužívanějších literárních žánrů. Vzhledem k mému časovému vymezení práce však nechci zacházet zpět proti toku času až do hlubokého středověku, ze kterého máme o různých, nejčastěji latinských regimentech zdraví, nejvíce informací. Největší pozornost ve svých bádáních jim věnovala Milada Říhová²⁸⁸, nicméně i ona, se svým zaměřením na dobu středověkou zpracovávala především ta regimina, jež jsou z tohoto období, proto z jejích výzkumů předložím pouzeobecné informace, které jsou platné i pro pozdější regimina z doby novověku.

Regimina sanitatis byly oblíbeným literárním druhem, jak pro jejich autory, tak i pro čtenáře a posluchače. Představují jakousi symbiózu učeného a populárního, kdy jsou medicínské poznatky čtenáři předkládány v populární a popularizující podobě. Často mají podobu listu se skutečným nebo fiktivním adresátem, další obvyklou podobu mají ve formě traktátu. Některá regimina jsou psána ve verších, nebo formou dialogu.²⁸⁹ Všem regiminám je společný nabádavý, varovný tón, zákazy, imperativy a doporučení s vykřičníkem. Slibují, zajišťují, vyhrožují a vychovávají svého čtenáře, kterého ujišťují o tom, že pokud bude dodržovat rady a předpisy v nich napsané, jistě si udrží zdraví. V opačném případě se zaštiťují vyšší Boží mocí nebo astrologií.²⁹⁰

Milada Říhová rozděluje regimina do tří základních skupin: výuková, všeobecná a osobní. Výuková, neboli cvičná jsou určena studentům lékařské fakulty, na nichž se tito budoucí doktoři učili sepsovat vlastní regimenty. Dále všeobecná obsahují informace určené široké čtenářské obci. Osobní regimina jsou pak určena konkrétní osobě, a rady v nich obsažené jsou tomu člověku "ušity na míru". Doktor, který takový regiment sepsoval, musel znát určitá data, zvyklosti, způsob života, pohlaví, věk a osobní potíže toho dotyčného, komu byly rady adresovány.

Informace v regiminech sanitatis nám nabízejí mnoho poznatků z každodenního života ať už o konkrétní historické osobě nebo obecně o společnosti, která regimenty četla. Údaje

²⁸⁸Milada ŘÍHOVÁ, *Dvorní lékař posledních Lucemburků, Albík z Uničova, lékař králů Václava IV. a Zikmunda, profesor pražské univerzity a krátký čas i arcibiskup pražský*, Praha 1999;Táž, *Regiment pro krále Václava? Mensa ad cenam parata*, Acta Universitatis Carolinae 35, Praha 1995;Táž, *Středověká pražská regimina sanitatis*, Sborník lékařský, 98 (1), 1997, s. 39-43.

²⁸⁹Tak je tomu v případě mnou rozebíraného díla Jana Koppa z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...* Kde celý regiment tvoří dialog mezi Mistrem a jeho Učedníkem.

²⁹⁰Milada ŘÍHOVÁ, *Regimina Sanitatis jako pramen k poznání každodennosti dvou Lucemburků (Václav IV. a Zikmund v naučení Mistra Albíka)*, Mediaevalia Historica Bohemica 5, Praha 1998, s.91.

uvedené v regimentech zdraví se soustředí na nejdrobnější detaily všedního dne: předepisují, jak se má jíst, pít, spát, chodit na záchod, mýt se, česat se, věnovat se pohybu i odpočinku, zahrnují i téma sexuálního života.²⁹¹ Hlavním cílem regimin bylo "preservacio et conservacio sanitatis", neboli ochrana a uchování zdraví. V případě, že se jednalo o spis, který byl určen konkrétní osobě, mohli jsme z něj vyčíst i chorobopis dotyčného. Takový regiment se pak svým žánrem stýkal těsně s jiným typem lékařské literatury, a tou byly consilia, která mohla obsahovat i rozmanité léčebné prostředky, tehdy nazývané jako materia medica. Téměř všem regimin sanitatis je společný obsah tzv. "sex res non naturales", tedy šesti věcí, které nejsou vrozeny, mají rozhodující vliv na tělesný stav v průběhu života až do stáří a konečné smrti: spánek a bdění, jídlo a pití, pohyb a klid, hlad a žízeň, naplňování a vyprazdňování, lázně a všechna duševní hnutí mysli. Nad tím vším vládne starý řecký princip uměřenosti a zachovávání náležité míry ve všem, co člověk dělá.²⁹²

Regimina sanitatis jsou výborným zdrojem informací o době, ve které byly napsány, o osobě, pro kterou byly sestavy, i o společnosti, která je má uloženy ve své knihovně jako takového svého vlastního doktora pro různé příležitosti. Jedná se v podstatě o univerzálního rádce pro každého, který se snaží žít tak, aby si uchoval své zdraví a vystříhal se případným nežádoucím vlivům, které by jeho tělesný stav mohly ohrozit.

²⁹¹M. ŘÍHOVÁ, *Regimina Sanitatis jako pramen*, s.92-93.

²⁹²Milada ŘÍHOVÁ, *Tři neznámá regimina sanitatis pro Lucemburky Karla IV. a Zikmunda*, *Dějiny věd a techniky* 34, 2001, s. 9-22.

8. Jan Kopp z Raumenthalu

V této kapitole bude věnována pozornost osobnosti českých i zahraničních dějin medicíny. Přestože ne každý jeho jméno zná, je jeho životní příběh natolik zajímavý, že je dle mého názoru žádoucí, aby mu byla věnována pozornost. Z informací z dosavadních bádání a publikací, věnovaných jeho životu, se snažím o co nejpodrobnější představení Jana Koppa z Raumenthalu.

Osobnost doktora Jana Koppa z Raumenthalu je poměrně zajímavá, především pak z hlediska jeho pestrého osudu. Příběh člověka vzdělaného, kontroverzního a se zkušenostmi z různých zemí i kulturních prostředí. Jeho soukromému životu věnuji v této kapitole větší množství prostoru z toho důvodu, protože u nás chybí novější a celistvější dílo, které zpracovává právě osobní život tohoto lékaře. Nelze říci, že by se jeho životem zabýval velký počet historiků a badatelů. Z českých autorů, kteří o něm psali, ať již pouze jako dílčí část jejich publikace nebo jako hlavní téma, můžeme jmenovat Gustava Gellnera²⁹³, Čenka Zíbrta²⁹⁴, příspěvek Ignáce Jana Hanuše v *Časopisu musea království českého*²⁹⁵, Davida Tomíčka a jeho diplomovou, či disertační práci, mimo jiné i dílčí články v historicko-vědeckých periodikách,²⁹⁶ dále příspěvek Jana Špotta v *Časopisu lékařů českých*²⁹⁷ nebo Františka Zoubka tamtéž²⁹⁸. Ze zahraničních autorů, kteří se věnovali životnímu příběhu doktora Jana Koppa je to například Otto Walde. Ten roku 1934 publikoval článek nazvaný *Doktor Johann Copps Bibliothek*. Dále následovaly v letech 1937 a 1938 v časopise *Lychnos* uveřejněné biografické články *Doktor Johann Copp, en astrolog och läkare fran reformationstiden i svensk tjänsk I och II (Doktor Johann Kopp, astrolog a lékař z doby*

²⁹³Gustav GELLNER, *Jan Černý a jiní lékaři čeští do konce doby jagellovské*, Praha, 1935.

²⁹⁴Čeněk ZÍBRT, *Staročeská tělověda a zdravotvěda*, Praha, 1924.

²⁹⁵Ignác Jan HANUŠ, *O české literatuře zdravotvědy v šestnáctém století*, *Časopis musea království českého* 37, 1863.

²⁹⁶David TOMÍČEK, *Regimenty zdraví 16. století – tradice, rozbor, interpretace*, (diplomová práce PedF UJEP), Ústí nad Labem, 2004, *Víra, rozum a zkušenost v lidovém lékařství pozdně středověkých Čech* (disertační práce I.LF UK), Praha, 2008; Týž, *Profesní každodennost lékařských povolání v městském prostředí 16. století*, *Documenta Pragensia XXVII*, Praha 2008, s. 827-835; Týž, *K diagnostice z česky psaných lékařských sborníků 15. a 16. století*, *Dějiny věd a techniky* 41, 2008, s. 155-172; Týž, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví Jana Koppa z Raumenthalu mezi lékařskými tisky 16. století*, in: *Zborník příspěvků z 8. mezinárodního sympózia o dejinách medicíny, farmácie a veterinárnej medicíny*, edd. M. Bujalková – Ľ. Martin, 2007, s. 423-429; Týž, „*Já mnoho lékařů znám, kteříž pouzí laikové sú*“ – typologie empiriků na stránkách vybraných lékařských tisků 16. století, in: *Historia, Medicina, Cultura* ed. Karel Černý – Petr Svobodný, Praha 2006, s. 55-70.

²⁹⁷Jan ŠPOTT, *Příspěvky k staré lékařské literatuře v Čechách*, časopis lékařů českých, 1882, roč. XXI, č. 37, Praha, s. 589-592.

²⁹⁸František ZOUBEK, *Lékárna dr. Jana Kopa z Raumenthalu*, *Časopis lékařů českých* 3, Praha 1864, s. 360.

reformace ve švédských službách I a II). Dalším jmenovaným autorem publikace o Janu Koppovi je historik medicíny Otto Hult a jeho článek ve *Švédském biografickém lexikonu* (*Svenskt biografiskt lexikon*).²⁹⁹ V neposlední řadě se pak životem Jana Koppa zabýval švédský autor Bo. J. Theutenberg v práci nazvané *Doktor Johannes Copp von Raumenthal*. Dosud nikdo, ani v naší zemi, se nezabýval životem tohoto lékaře v takovém rozsahu a nevěnoval mu celou publikaci. Vzhledem ke skutečnosti, že během svého života Jan Kopp pobýval a působil ve Švédsku a také Finsku, považoval zřejmě Theutenberg za žádoucí o něm zpracovat pojednání ze svého pohledu, jakožto rodáka švédské země. Ve své knize dává ale prostor i rodině Jana Koppa, především pak jeho dětem, zvláště synům, kteří ve svých životech dosáhli rovněž kariérního vzestupu, byť ne v oblasti medicíny. Tato kniha švédského autora dosud nebyla přeložena do jiného jazyka, existuje tedy pouze ve švédském znění. Já jsem však měla možnost pracovat s českým překladem, který mi laskavě zapůjčil David Tomíček, jemuž překlad vyhotovil jeden z jeho spolupracovníků. Proto mi připadalo žádoucí z knihy vyčerpat co nejvíce informací o životě Jana Koppa a přinést tak na světlo světa dosud ne zcela známé skutečnosti z jeho života.

Doktor Johannes Copp z Raumenthalu³⁰⁰ se narodil roku 1487 v Landsbergu na Lechu v augsburské diecézi v horním Bavorsku. Toto malé město leží několik desítek kilometrů jižně od Augsburgu a zhruba padesát kilometrů západně od Mnichova. Město Augšpurk je známé především kvůli protestantskému význání. V augšpurské matrice je vedený jako číslo 18 „Johannes Kopp ex Landsberg“. Zde se jeho jméno píše Kopp. Šlechtický přídomek von Raumenthal prý má svůj původ v malé německé obci, jež se dnes jmenuje Rauental a leží severně od Baden-Badenu. U Rauentalu leží obec zvaná Kuppenheim. Nejspíš něco v místním názvu Raumenthal, možná staré rodové vazby, inspirovalo doktora Koppa, aby tento název připojil ke svému šlechtickému přídomku.³⁰¹

Jihoněmecký rod Copp von Raumenthal obdržel 28. května 1532 od Ferdinanda I. šlechtický diplom neboli tzv. povyšovací diplom ke starému šlechtickému titulu, kde se o zmiňovaném erbu mluví jako o starém dědičném erbu, který povýšil už římsko-německý císař Maxmilián I. „...a uznáváme tak vysoce učenému našemu sloužícímu, lékaři, milému a Říši věrnému Johannu Koppovi z Raumenthalu, doktorovi sedmi svobodných umění a lékařství, také věrné a užitečné a pilné služby, které na tomto samém císařském dvoře

²⁹⁹Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp von Raumenthal*, Skara 2003, s.19.

³⁰⁰V literatuře se jeho jméno vyskutuje nejčastěji v těchto dvou podobách, Johannes Copp a Jan Kopp. V této práci o něm dále vždy píš jako o Janu Koppovi.

³⁰¹Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s. 17.

prokázal již zesnulému našemu milému pánovi a předkovi, císaři Maxmiliánovi blahé paměti... Tak jsme mu starý zděděný, výše jmenovaným císařem Maxmiliánem povýšený erb potvrdili a obnovili“.³⁰² Z formulace v tomto šlechtickém diplomu vychází najevo, že erbovní štít, který doktor Jan Kopp zdědil, mu roku 1532 dále povýšili poté, co jej již jednou povýšil císař Maxmilián I. v roce 1519. Erb³⁰³ je popisován jako „červený štít a v něm dolů obrácený stříbrný srpek měsíce s tváří, a na tomto srpku měsíce stojí černý kapoun (kohout) se zlatými pařáty, a pod tím také osmicípá hvězda“. Ozdoba přílby se popisuje jako „dvě černá křídla potažená červeným pásem se třemi zlatými hvězdičkami, a mezi křídly také osmicípá zlatá hvězda“.³⁰⁴ Je možné se domnívat, že hvězda v erbu naráží na to, že doktor zároveň působil jako astrolog.³⁰⁵ Právě tento erb se nachází v několika doktorových knihách. Erb rodu Coppů prošel zajímavým vývojem. Původně nejspíš vypadal tak, jak jej můžeme nalézt v Siebmacherově díle *Grosses und allgemeines Wappenbuch* (svazek 5) v souvislosti s bratry Valentinem a Alexandrem Koppovými, kterým císař Karel V. roku 1526 propůjčil do znaku černého kohouta se žlutými pařáty, což jsou stejné barvy, jaké se nacházejí na erbu doktora Koppa. Tento kohout stojí na vlčím háku, což je hák, či na obou koncích špičaté železo s očkem uprostřed, používané při lovu vlků. Lze se domnívat, že když císař Maxmilián někdy před rokem 1519 povyšoval erb doktora Jana Koppa, tak mu tuto zbraň na vlky dovolil změnit na srpek měsíce, na němž již stojí černý kohout se žlutými pařáty. Vzhledem k podobnosti erbů je nanejvýš pravděpodobné, že bratři Valentin a Alexandr Koppovi patřili ke stejnému rodu Coppů (Coppů) jako doktor Jan Kopp. Uvádí se, že Valentin Copp sloužil jako důstojník v císařských službách a bojoval proti Francouzům v Itálii. V jakém přesně vztahu byli tito dva bratři k doktoru Koppovi není jasné, ale protože sloužili v Itálii, bylo by je snad možné spojovat s Ulrichem Coppem, otcem Jana Koppa, o němž se také uvádí, že sloužil jako císařský důstojník v Itálii.³⁰⁶

Šlechtický diplom z roku 1532 se dnes nachází v opisu knihovně ve vídeňském Hofburgu. Podle poznámky v dokumentu byl originál roku 1921 předán československé vládě. O rodinných vztazích doktora Jana Koppa toho bohužel příliš nevíme. Pouze na základě výše zmíněného dokumentu můžeme usuzovat na jména otce a matky. Doktorův otec

³⁰²Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s. 23.

³⁰³Viz obrazová příloha č. 8

³⁰⁴Tamtéž, s. 18.

³⁰⁵Tamtéž, s. 23.

³⁰⁶Tamtéž, s. 23-24.

Ulrich Copp asi pocházel z rodu staré německé šlechty. V práci *Register över enskilda arkiv* (*Rejstřík jednotlivých archivů*), jejíž autorem je Otto Walde, se nachází záznam, že ve švédském Státním archivu byla dříve uložena donační listina a závěť Ulricha Coppa z Raumenthalu a jeho choti Anny pro jejich syna, doktora medicíny Johanna Coppa. Ačkoli proběhla celá řada pokusů tento dokument nalézt, ani jeden z nich nebyl úspěšný. Nicméně v souladu s tímto záznamem by se otec Jana Koppa měl jmenovat Ulrich Copp, protože doktor Kopp v roce 1553 nebo 1554 v žádosti zaslané arcivévodovi Ferdinandovi uvádí, že jeho otec a další předkové poctivě sloužili císařům Fridrichovi III. a Maxmiliánovi I., musel tímto zmiňovaným otcem být Ulrich Copp, jenž je jmenován ve Waldeho výše uvedeném rejstříku. Podle toho, co doktor Kopp ve své žádosti napsal, byl jeho otec krátce předtím, ve věku více než devadesáti let, zabit při tureckém vpádu do rakouských zemí. Ulrich Copp se zřejmě jako důstojník nižší hodnosti zúčastnil císařových polních tažení do Itálie, popřípadě v Itálii pobýval. Pokud jde o správný údaj, že mu bylo již přes devadesát let, musel se narodit někdy kolem roku 1465. V téže žádosti dále doktor Copp uvádí, že „na oltář vlasti také musel obětovat svého nejstaršího syna“. Ale o dětech pojednám později. Doktorovou matkou by měla být blíže neurčená Anna. Vzhledem ke skutečnosti, že sám doktor Johannes Copp měl dceru, jíž pojmenoval Anna, je pravděpodobné, že jméno dostala po své babičce.³⁰⁷

Jan Kopp studoval medicínu na univerzitě ve Freiburgu v letech 1514–1515. Papežská univerzita ve Freiburgu byla založena roku 1457 a byla považována za výspu evropského katolicismu. Což je poměrně podstatná okolnost, zvláště v perspektivě pozdějšího rozchodu Jana Koppa s katolickým učením a jeho angažovanosti v reformovaném hnutí českých bratří. Když se v roce 1514 na tuto univerzitu zapsal, byl označován jako „clericus“, tedy patřící k duchovenstvu. Je možné, že byl příslušníkem nějakého mnišského řádu, ale stejně jako tolik jiných ovlivněn Lutherem z kláštera odešel.

V roce 1517 jeho kroky vedly z freiburské univerzity na univerzitu do Vídně, kde se stal doktorem medicíny neboli „Artzney Doctor“. Tento titul se také objevuje na jeho šlechtickém diplomu, vyhotoveném roku 1532. Právě ve Vídni přišel do styku s takovými osobnostmi dějin lékařství, jako byli Šimon Lazius³⁰⁸ a Mikuláš Pollius.³⁰⁹ Dalším Koppovým

³⁰⁷Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s. 24–25.

³⁰⁸Od roku 1505 byl mistrem a od roku 1513 se připomíná jako medicinae doctor a profesor lékařství na Vídeňské univerzitě. Zemřel roku 1532 na mor. Josef Ritter von ASCHBACH, *Die Wiener Universität und ihre Gelehrten 1520 bis 1565*, Wien 1888, s. 205.

³⁰⁹Byl osobním lékařem císařů Maxmiliána I. a Karla V. a profesorem ve Vídni. Z jeho spisů je nejznámější *Epistola de didactoria de cura morbi gallici per Guajacum*. Jeho syn Jan Pollius byl městským fyzikem ve Znojmě. Jan ŠPOTT, *Lékařství a lékaři XVI. stol.* Časopis Lékařů českých, 1883, s. 624.

mistrem během jeho studií ve Vídni byl císařský lékař a astrolog Jiří Tanstetter,³¹⁰ původem z Bavorska, stejně jako Jan Kopp.

Medicína však nebyl jediný obor, který Koppa zajímal a kterým se zabýval. Druhou jeho celoživotní vášní byla astrologie. Dokladem je četné množství knih, spisů a různých traktátů o astrologii, které po sobě zanechal. Jmenovat můžeme například knihu *Judicium astronomicum*, s předmluvou datovanou 21. září 1520 a vytištěnou v Lipsku roku 1521. V ní autor sám sebe označuje jako „Johannes Copus Lantspergentius doctor physicus Altenburgensis“, tzn. pocházející z Landsbergu a sloužící jako městský lékař v saském městě Altenburg. Zajímavé na tomto spisu je to, že je věnovaný Martinu Lutherovi, k jehož novému učení se v tomto období Kopp přiklonil. Tento spis dává astrologii do služeb protestantské církve a předpovídá její úspěch. Je však známo, že sám Martin Luther se k astrologii stavěl skepticky, a tak není jasné, jestli si příznivých předpovědí doktora Koppa o úspěchu jeho učení cenil.

Z Altenburgu se Kopp přemístil do Erfurtu, města protestantské učenosti. Roku 1520 se tam zapsal na zdejší univerzitu, kde v letech 1501–1505 studoval i Luther. Zde pobýval asi tři roky a díla vzniklá v tomto městě jsou tato: *Practica Deutsch*, což je politický spis namířený proti papežství, dalším v pořadí byl spis *Dialogi*, datovaný 3. února 1522. Dílo je, jak název napovídá koncipované formou dialogů na podporu Lutherova učení.³¹¹ Právě v této knize se nachází podobizna Jana Koppa, jedná se o dřevoryt. Nebyla to záležitost nijak ojedinělá, že si autoři ve svých spisech nechávali zvěčnit svou podobu. Podle předpisu dobové módy má na sobě Kopp baret a z opasku mu trčí rukojeť meče či dýky. V době jeho vyobrazení mu bylo kolem třiceti let.³¹²

Jak jsem již uvedla, Jan Kopp byl literárně velmi činný. Nebylo nic ojedinělého, že měl učený člověk zájem publikovat svoje poznatky z oblasti, ve které působil. Ať už se jednalo v jeho případě o astrologii, nebo hlavně medicínu. Kromě výše uvedených titulů můžeme k jeho pracím zařadit tu nejspíše nejvýznamnější, zcela jistě nejrozsáhlejší a dnes také nejznámější. Jedná se o *Regiment zdraví* (celý název a podrobnosti k němu v samostatně

³¹⁰Narodil se r. 1482 v bavorském městě Rainu, studoval v Ingolstadtu. Ihned po dosažení mistrovského stupně, byl na doporučení Konrada Celtise povolán r. 1503 za profesora matematiky a hvězdářství do Vídně. Astrologie ho přivedla k medicíně, kterou vystudoval r. 1509 a získal titul doktora. Rok poté si ho osobně vybral císař Maxmilián jako svého osobního lékaře. Jím pak zůstal i pro českého krále Ferdinanda I. Před rokem 1514 přestoupil z artistické na lékařskou fakultu a zde učil i Jana Koppa. Zemřel roku 1535. Josef Ritter von ASCHBACH, *Die Wiener Universität und ihre Humanisten im Zeitalter Kaiser Maximilians I.*, Wien 1877, s.271 .

³¹¹Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s. 17-21.

³¹²Viz obrazová příloha, č. 9

podkapitole) vydaný v letech 1535–1536. Přestože se Jan Kopp zařekl, že kvůli ne zrovna příznivému ohlasu další knihy již sepsovat nebude, situace v roce 1542 jeho postoj upravila. V českých zemích propukla totiž morová epidemie³¹³ a Jan Kopp jako správný lékař cítil jistou povinnost sepsat své vědění o profylaxi a nabídnout tak lidem možnost obrany proti této smrtelné nemoci. Sám Kopp v ní píše „z lítosti nad národem českým ode všech téměř lékařův opuštěným”.³¹⁴ A tak sepsal *Knížku o nakažení morním*.³¹⁵ V té sice použil doslovnou pasáž z 5. kapitoly o moru ze svého *Regimentu zdraví*, nicméně celou novou knihu napsal již česky, a to bez překladatele. V té době žil v Praze již čtrnáctým rokem, a byl tedy schopen zvládnout místní jazyk bez pomoci. Knihu tentokrát nevěnoval králi, ale rytíři Petrovi Bohdaneckému z Hodkova, „panu kmotru svému milému”.

Přesně jak se obával, nebyl jeho spis přijat s velkým nadšením. Nebyla to však doporučená životospráva, která český lid pobuřovala, ale témata natolik choulostivá, že je široká veřejnost považovala za nemravná a k obecnému hovorů naprosto nevhodná. Jan Kopp se totiž nijak neostýchal rozdávat rady v oblasti pohlavního života, předcházení a léčbě pohlavních chorob, bez obalu a zevrubně mluvil o mužském i ženském údu, souloži i hojení příjice.

Své rozhořčení nad úzkoprsostí lidí, kterým nemůže otevřeně poradit, tak jak bez obav mohli antičtí lékaři, zveřejní ve svém dalším spise *Knih o nakažení morním*. Doslovně se vyjadřuje takto: „Před pěti asi lety s velikú prací sepsav knihy lékařské s nákladem znamenitým je jsem k vytištění dal, chtě svým uměním všechněm lidem vuobec dobře posloužit, jsouc té naděje, poněvadž jsem v nich gruntovní Regiment aneb správu zavřel, kterak by jeden každý své zdraví chovati i chrániti měl, že na tom lidem velikou libost učiním a všickni že to ode mne zmejlila. Neb místo vděčnosti za tu mou práci někteří přílišnou nevděčností ke mne jsou se ukázali, utrhaíce i potupující takové mé psaní a pravíce, že by ke mne jsou se ukázali, utrhaíce než by lidu prostému ku poznání náležely, mělo učiněno býti, ješto tudy mnohým k velikému pohoršení příčiny dáti by se mohly... Poněvadž (vedle onoho starého přísloví) žádný se nemuož všechněm líbiti by se pak nejlépe činil, jichžto napomenutí

³¹³ Té se ve své práci věnuje například Václav Vladivoj TOMEK, *Dějepis města Prahy XI.*, Praha 1897, s.219 a 235.

³¹⁴ Skutečně situace v českých zemích byla co se nedostatků lékařů týče žalostná. Přinejmenším se to týkalo minimálně těch, kteří byli ochotni chodit za nemocnými, či se zabývat nákazou mimo vysoko postavené dvory a šlechtice. Z pražských studovaných lékařů byl Petr z Třebeska mrtvý, M. Jan z Chocně se vzdal své praxe a Koppův kolega mistr Oldřich Lehnar se ve svém dopise z roku 1542 panu Hendrychovi staršímu ze Švamberka doznal: „Také oznamuji Vám, že v tyto nebezpečné časy tak obecně nehojím, ani k nemocným nechodím”. František ZOUBEK, *Časopis lékařů českých* 1864, s. 255.

³¹⁵ Přesný název není znám, protože na jediném dochovaném výtisku chybí titulní strana, která se nedochovala a není o ní nikde záznam.

slušné odepřít nemoha a vida toho času morního, že všichni ve velikém nebezpečnosti postavení jsme: protož z té lítosti nad národem českým,... ode všech téměř lékařův v této věci a případnosti opuštěným, knížku tuto o nakažení morním jsem sepsal, víc se v tom ohlédaje na obecné dobré, než na utrhaní zbytečné...“³¹⁶ Od svých přátel, Mistra Jana Karla, písaře radního Nového Města Pražského, a od Sixta z Ottersdorfu byl přemluven k vydání knihy plné užitečných rad v době morové epidemie, *Knížky o nakažením morním*. Obsahovala vlastně upravenou pasáž z *Regimentu zdraví* z roku 1536 podle oddílu o morním nakažení.

Během svého pozdějšího působení ve Švédsku pak napsal dílo *Empiricus Suecus*, které se do dnešních dnů bohužel nedochovalo. Knihu autor věnoval vévodovi Erikovi, pozdějšímu králi Erikovi XIV. a vydána byla až v roce 1566, tedy po autorově smrti. V Kallově sbírce v Královské knihovně v Kodani je uchovaná introdukce neboli předmluva ke Koppově velkému lékařskému dílu *Empiricus Suecus* o rozsahu 30 stranách. Zachovala se tak pouze tato předmluva, jež je napsána bezchybnou latinou. Ve Švédsku se touto knihou, nebo spíše jen její předmluvou, zabýval profesor Henrik Schück roku 1915 v časopise *Samlaren*.³¹⁷

Po ukončení studií a promoci na doktora lékařství nastoupil Jan Kopp kolem roku 1520 jako lékař v Jáchymově.³¹⁸ Působil tam ještě v roce 1524, kdy nechal vytisknout svůj spis v 1500 kopiích s názvem, *Wie man diss hochberumt astronomischer oder geometrischer kunst instrument, Astrolabium brauchen soll, nicht allein den Ertzten, sondern auch den Paumeystern, Perkleuten, Püchsenmeystern und andern Künstlern vast lustig und nutzbar*. Spis vyšel v Bamberku r. 1525 a můžeme v něm nalézt titulaci, kterou tam vložil sám autor: „Leibarzt der Bürgermeister und des Rats der freyen Bergstadt S. Joachimsthal.“³¹⁹ I zde se v něm nadále snoubí lékař s astrologem v jedné osobě. Spis, jak název napovídá, má totiž za hlavní téma astroláb, tj. astronomický měřicí přístroj, jež zkonstruoval Hipparchos, a v době před vynálezem teleskopu jej často používali Arabové i západní astronomové. Tuto knihu Jan Kopp věnoval jáchymovskému starostovi a městské radě – avšak ani tohle demonstrativní gesto jeho respektu a úcty nestačilo na to, aby se nad jeho chováním přimhouřily oči. Vinou svých milovnických sklonů byl donucen odejít z funkce městského lékaře či fyzika, jehož služby vyhledávali i bohatí měšťané, a namísto toho se musel spokojit s pozicí lékaře chudých. V městských soudních knihách se nachází záznam, že jistý pastor v roce 1525 v

³¹⁶Č. ZÍBRT, *Staročeská tělověda*, s. 85.

³¹⁷Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s.30-31.

³¹⁸Předchůdcem Jana Koppa v pozici Jáchymovského lékaře byl jistý Rumpfer (od r.1517) a nástupci od r. 1526 Jan Naevius, jenž byl v letech 1544-64 lékařem Ferdinanda I. ve Vídni, a roku 1527 slavný mineralog Jiří Agricola.

³¹⁹G. GELLNER, *Jan Černý a jiní lékaři*, s. 138-139.

Jáchymově oddával lékaře chudých, doktora Koppa. Kolikáté v pořadí bylo tohle manželství nelze určit, protože už za jeho působení v Erfurtu se uvádí, že žil nevázaným životem a do září roku 1526 byl několikrát ženatý.³²⁰

Po těchto potížích v Jáchymově se přesouvá do Mostu, ležícího několik desítek kilometrů na severovýchod od Jáchymova. Nicméně změna místa nestačila k tomu, aby se historie neopakovala. Kopp, který byl zcela jistě ženatý, si dovolil bydlet pohromadě se sestrou místního měšťana. Jeho chování bylo místními radními pokládáno za mravům nepřijatelné a ocitl se tak ve vězení. Z něj byl propuštěn 15. prosince 1526 na prosbu minstrberského knížete Karla, který si Jana Koppa vyvolil za svého lékaře. Další místo působení pro Koppa bylo tedy sídelní město Karla Minstrberského, Frankenštejn. Snad pod dojmem, který na Koppa udělal krásně opravený zdejší zámek a celá řada dalších domů včetně radnice, rozhodl se i Jan Kopp zrestaurovat dům, který mu byl po dobu jeho působení svěřen k obývaní. Opravy byly natolik okázalé a ojedinělé, že jim věnoval pozornost Jiří Logus ze Šlaupic sepsáním tohoto epigramu:

„Quam lepide ornata est modo, quae deserta jacebat,
Atque illa quatnum dissidet ista domus:
Areaque immundo nuper quae sordida fimo,
Delicas urbi nunc facit ac domino:
Dum gravis autumnus est, teneri dum veris honore,
Floribus et pomis et viridante solo:
Digna Domus Domino atque idem dignissimus illa est,
Immunem hunc Princeps Carolus esse jubet:
Huius quam medicus celebri cognomine Coppus
Exstruxit cura Januset arte sua.“³²¹

V nově upraveném domě si Jan Kopp zřídil lékárnu, na kterou dostal od knížete pro sebe i své potomky výsadní právo zvláštním privilegiem z roku 1528. Ještě téhož roku byl ale na Logovo doporučení povolán do Prahy jako královský lékař. Jan Kopp skutečně opustil Frankenstein a přestěhoval se do Prahy. To však způsobilo, že nově vzniklá lékárna krátce po

³²⁰Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s.21-22.

³²¹Znění tohoto epigramu ve své práci vytiskl Gustav Gellner, viz G. GELNNER, *Jan Černý a jiní lékaři*, s. 140. A cituje ho zde jako G. Logii Silesii ad inclyt. Ferdinandum, *Pannoniae et Bohemiae regem Elegiae et Epigrammata*, Viennae, 1529.

jejím zavedení zanikla. Vzhledem k dále trvajícím výsadním právům však nebylo možné otevřít novou lékárnu, a tak město až do roku 1558 zůstalo bez ní. V tom roce bylo lékárnické právo Jana Koppa prohlášeno za „per non usum“ tedy za promlčené a mohla tak ve městě vzniknout lékárna jiná.³²²

V souvislosti s tím, že ho v Praze jmenovali osobním lékařem českého krále Ferdinanda I., otevřel si lékařskou praxi a také si zavedl lékárnu v Rožmberském domě³²³ na pražském Starém Městě (dnes Náprstkova 5). Ekonomicky se mu dařilo, což lze připsat častým léčením pacientů, kteří trpěli syfilidou, která se v té době v Praze mohutně rozšířila. Léčba syfilidy mu natolik vynášela, že byl schopen si v Praze pořídit druhý dům. Roku 1532 si za cenu 85 kop grošů koupil od pana Pyrama Kapouna ze Svojkova onen pověstný Faustův dům, stojící na Karlově náměstí na pražském Novém Městě. Tento dům byl po celou dobu od jeho postavení proslaven řadou tajemných pověstí. Jednou z nich a patrně nejznámější je ta, že v něm bydlel záhadný astrolog, který provozoval černou magii, divotvůrce a kouzelník Johannes Faust neboli „doktor Faust“. Právě legenda o doktoru Faustovi, který prodal duši ďáblu za zodpovězení otázek ohledně světa a jeho vzniku, se stala základem všech básnických a hudebních děl o doktoru Faustovi, jako např. Goethova Fausta a také stejnojmenná hudební dramata Guonoda, Donizettiho, Beethovena a Wagnera. Ale ve skutečnosti neexistuje žádný jasný doklad o tom, že by nějaký doktor Faust vůbec existoval. Protože astrolog a doktor Jan Kopp, bydlící ve Faustově domě v Praze, se svému proslulému mytickému vzoru v mnohém podobá, vyvstává otázka, jestli to není nakonec sám doktor Kopp, který inspiroval ke vzniku této legendy. Žádné přímé vztahy mezi Janem Koppem a výše jmenovaným panem Pyramem Kapounem nelze doložit. Přesto je třeba poznamenat, že Pyram Kapoun byl synem Johannese Kapouna a že jméno Kapoun odpovídá kapounovi (kohoutovi), kterého doktor Kopp má ve svém erbu. Jestli se jedná o náhodu, nebo mezi těmito dvěma muži skutečně existoval nějaký příbuzenský vztah, nelze dokázat.

Faustův dům nebyl jediný, který si Jan Kopp zakoupil. Od Elišky Běšínové z Běšin, za 100 kop grošů koupil dům u Uhelného trhu na pražském Starém Městě. Zda byl Jan Kopp spřízněn s nějakým starým šlechtickým rodem, to není možné dokázat. Avšak jeho poslední manželka, Lidmila z Velenic, s níž byl ženatý od začátku 50. let až do své smrti roku 1558, a jež je také uváděna jako vdova, pocházela z českého rodu.³²⁴

³²²G. GELLNER, *Jan Černý a jiní lékaři*, s. 140.

³²³G. GELLNER uvádí přesnou adresu domu, a to rožmberský dům, č.p. 510, na Zelném trhu, Viz *Jan Černý a jiní lékaři*, s. 140.

³²⁴Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s. 26.

Vydávat knihy nebylo nic levného, natož když se jednalo o tak rozsáhlou publikaci, jako byl Koppův *Regiment zdraví* a v takovém počtu kopií. Kopp se proto značně zadlužil a aby věřitelé nemohli zabavit jeho dům, dal na radu pražské měšťanky Anny Karlíkové, že za půjčku 500 kop na oko postoupí svůj dům její matce, paní Elišce z Běšin, rozené Kutnauerové. Tento fingovaný prodej dal vložit do desek. Záhy však Jan Kopp zjistil, že zle narazil a slepě důvěřoval vypočítavé dámě. Eliška z Běšin nebrala prodej domu jen jako kamufláž, nýbrž jako skutečnou transakci a do domu Jana Koppa se nastěhovala a jeho donutila se vystěhovat. Jan Kopp chtěl dát celou věc k soudu, avšak na radu přátel, kteří mu věc rozmlouvali z důvodu beznadějného výsledku, to neudělal. V domě však Jan Kopp musel zanechat celou svoji vybavenou lékárnu, mramorový stůl a jiné cenné objemnější věci, protože dům, do kterého se přestěhoval, nebyl zdaleka tak prostorný jako ten jeho původní. Aby o svůj cenný majetek nepřišel, naskládal vše do sklípku a komory, které pečlivě uzamkl a opatřil pečetěmi. Po nějaké době poslal Jan Kopp svého služebníka Nykla z Chebu, aby mu z jeho úschovny v domě přinesl nějaké věci. V té době již dům obývala kromě Kutnauerové i její dcera Beatrix Kopidlanská ze Svinař, sestra Anny Karlíkové. Kopidlanská posílčka sice do domu vpustila, ale jen proto, aby mu vzala klíče od zamčené místnosti Jana Koppa a poté ho vyhnala. Netrvalo dlouho a Kopp se dozvěděl, že paní Beatrix rozprodává jeho vzácné a nákladně získané knihy. V tu chvíli se již rozhodl podat na ni žalobu a požadovat po ní náhradu za ztracený majetek ve výši jednoho tisíce kop.

V *Knihách svědomí lvových* jsou zapsány svědecké výpovědi pronesené 12., 13. a 27. července 1543 a 8. května 1544 a nalezneme zde i rozsudek komorního soudu.³²⁵ Kopidlanská se během své výpovědi odvolávala na tlak své matky, která ji do všeho nutila, nicméně ta sama již nemohla být potrestána, protože ještě před soudním procesem zemřela. Rozsudek soudu z úst nejvyššího hofmistra pana Zdislava Berka z Dubé zněl takto: „aby se dotčená Beatrix od dnešního dne ve čtyřech měsících pořádku zběhlých s tímž doktorem Koppem o to všecko, co jest jemu v těch pokojích a tudíž i apatéce zhynulo a pobráno, smluvila. Pakli by toho neučinila, na den svrchu psaný na hradě Pražském aby se postavila a odtud nevycházela bez vůle J. M. nejvyššího pana hofmistra aneb místo J.M. držícího.“³²⁶ Odsouzená Beatrix ze Svinař náhradu škodu skutečně urovnala a to před 29. červnem 1544 a Jan Kopp si mohl za vrácené peníze koupit dům na Novém městě.

³²⁵Pře u komorního soudu mezi doktorem a Eliškou, později mezi doktorem a Beatrix z Běšin, pro neoprávněné nakládání s Koppovým majetkem v letech 1538-1544, viz F. ZOUBEK, *Lékárna dr. Jana Kopa z Raumenthalu*, Časopis lékařů českých 3, 1864, s. 360.

³²⁶G. GELLNER, *Jan Černý a jiní lékaři*, s. 145-6.

Popsat přesně manželský život Jana Koppa není snadné, především z důvodu mezerovitých informací. Jak jsem již jednou zmínila, výčet jeho uzavřených sňatků byl značný. V Jáchymově měl uzavřít manželství s jistou Annou Streubelovou, s níž měl dceru Annu. Anna Streubelová nicméně krátce po svatbě zemřela. O jejich společné dceři Anně se Kopp zmiňuje v roce 1551, v žádosti zaslané arcivévodovi Ferdinandovi I.³²⁷ – psal jejím jménem, tehdy sedmnáctileté panny, ve věci dědictví Streubelových. Je pravděpodobné, že právě tuto dceru, Annu, vzal doktor Kopp s sebou do Stockholmu a do Abo. V roce 1558 ji v tomto finském městě nacházíme v záznamech společně s jejími mladšími nevlastními bratry Theophilem, Polycarpem a Johanem Koppovými.³²⁸

Nejspíš Theophilus je právě ten syn, který se doktoru Koppovi a jeho ženě Anně narodil roku 1544 v Praze a byl pokřtěn pastorem Janem Černým, seniorem Jednoty českých bratří. Manželka Anna, která syna porodila roku 1544, nicméně nemůže být identická s Annou Streubelovou.

Musela tedy hned po ní existovat ještě jedna manželka Anna, o níž nic bližšího nevíme, a která také zemřela v poměrně mladém věku, neboť hned v roce 1553 je jako nová manželka doktora Koppa uváděna Češka Lidmila z Velenic. S ní se tedy oženil na začátku 50. let 16. století a měl s ní další děti. Chronologie napovídá, že z tohoto manželství vzešli synové Polycarpus a Johann. Těmto chlapcům bylo šest až osm let, když v roce 1558 pobývali u dvora Karin Hansdotter v Abo. Právě o této Lidmile z Velenic doktor Kopp sám říká ve své žádosti zaslané roku 1553 nebo 1554 arcivévodovi Ferdinandovi, že je to jeho vdova v Praze. Jelikož jeho výše jmenovaní synové nesli šlechtický erb rodu Koppů a ve Švédsku se s nimi jednalo jako se šlechtickými potomky, určitě tedy nevzešli ze vztahu doktora Koppa a jeho milenky, paní Boniky, která ho doprovázela do Švédska navzdory skutečnosti, že byl ženatý s Lidmilou z Velenic.³²⁹

Jan Kopp, který byl zcela jistě protestantského vyznání, sloužil na dvoře katolického českého krále a pozdějšího císaře. Lze se domnívat, že raději skrýval své náboženské přesvědčení kvůli možnosti dobrého výdělků a slušného postavení u dvora. Ze své „protestantské anonymity“ vyšel v den křtu svého syna Theophila v roce 1544. Doktorova syna křtil, jak jsem již předeslala, pozdější biskup Jednoty bratrské, kněz Jan Černý (Nigranus). Pražského křtu se zúčastnilo mnoho lidí patřících k různým stavům, mimo jiné i

³²⁷Ten byl v letech 1547-1566 místodržícím svého otce v Čechách a na Moravě.

³²⁸Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s.25.

³²⁹TAMTÉŽ, s.25.

dva katolíci. Konkrétně to byli Pavel Bydžovský, farář u sv. Havla na Starém městě Pražském, a Jan Nožička, opat na Slovanech. Ti potom o události referovali Ferdinandovi I. a udali Jana Koppa jako nekatolicky smýšlejícího šlechtice. Ferdinand I. dal okamžitě poslat pro purkmistra a radní pražského Nového Města, kde se událost odehrála, aby se vše objasnilo. Představitelé Nového Města však odpověděli, že s událostí nemají nic společného. Každý měl právo si svobodně vybrat, kým nechá pokřtít své dítě. Nicméně nepřímo králi potvrdili, že Jan Kopp má skutečně blízko k vyznavačům Jednoty bratrské. Král však věc okomentoval slovy: „Nu, nechte o to pokoj, co se stalo.“³³⁰

Pro tu chvíli se skutečně zdálo, že celá událost nebude mít na život Jana Koppa žádný dopad. Nicméně král Ferdinand na jeho spojitost s nekatolickým vyznáním nezapomněl a v době zhroucení odboje českých stavů, kdy přišlo na řadu vykázání českých bratrů ze země, zařadil mezi ně i Jana Koppa. Zatímco jeho kolega, druhý osobní lékař krále Oldřich Lehner³³¹ stoupal v přízni a roku 1549 za svou věrnost v době odboje obdržel čtvrtletní přídavek 25 kop grošů,³³² byl Jan Kopp, tehdy třiašedesátiletý muž donucen opustit Čechy. Od chvíle udání se postavení osobního královského lékaře Jana Koppa na dvoře skutečně zhoršilo. Je možné, že v této funkci přestal působit úplně, ačkoli si ještě v roce 1551 nechá říkat „lékař jeho královské římské výsosti“. Jeho jméno ale v tomto období chybí v seznamech členů Ferdinandova dvora. Je ale možné, že po nějakou dobu působil jako lékař u Ferdinandova syna, arcivévody Ferdinanda, jenž v letech 1547-1566 zastával funkci místodržícího v Čechách a na Moravě.³³³

Kolem roku 1550 se Jan Kopp usadil na Moravě v Brně, kde byly náboženské poměry o něco svobodnější. Roku 1547 totiž začal král Ferdinand dal příkaz k odchodu ze zeměsvých protestantských poddaných, mezi nimi i členy Jednoty bratrské. Mnozí z nich ze země uprchli do Pruska a Polska. Mnoho z nich chtěli pokračovat dál, až do Švédska, na dvůr velkého reformátora Gustava I.

Po pobytu v Brně se roku 1552 stal Jan Kopp osobním lékařem nevázaného šlechtice Jindřicha Bechyňského z Lažan. Ten měl týrat svoji ženu tak, až nakonec na Hromnice roku 1553 od něj utekla – s pomocí Jana Koppa a jeho manželky Lidmily z Velenic. Ač již pětášedesátiletý, přesto byl doktor Kopp shledán komorním soudem vinným, že panu

³³⁰G. GELLNER, *Jan Černý a jiní lékaři*, s 145.

³³¹Udalricus Leonurus, též zvaný Ulricus Coubensis se stal lékařem krále Ferdinanda r. 1535, poznámka G. Gellnera, *Jan Černý a jiní lékaři čeští...*, s.145.

³³²František DVORSKÝ, *Příspěvky k dějinám českého lékařství*, Časopis lékařů českých, 1880, s. 95.

³³³Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s. 34-36.

Hendrychovi odlákal manželku.³³⁴ Opět si tedy pobyl ve vězení, tentokrát v Brně, z nějž se dostal díky sepsání žádosti o milost arcivévodovi Ferdinandovi. Žádost zapůsobila a Jan Kopp byl z vězení propuštěn, nicméně situace pro něj v Čechách nebyla nijak příznivá, a proto stejně jako ostatní příznivci Jednoty bratrské musel z Čech a Moravy odejít. Na cesty se vydal se svými dětmi, dcerou Annou, syny Theophilem, Polycarpem a Johannem. Jeho žena Lidmila z Velenic zůstala v Čechách. Zda se ji skutečně na cesty nechtělo vydat, nebo se jí Jan Kopp zřekl, není známo. Je však zvláštní, že děti šly s otcem. Ten vždy dbal na to, aby o ně bylo správně a náležitě postaráno a pečlivě plánoval jejich budoucnost. V době jeho odchodu z českých zemí mu bylo osmašedesát let. Vydal se do Pruska nebo do Gdaňsku společně se svými dětmi, sloužícími a paní Bonikou. Kdo přesně ona Bonika byla, není jasné. S největší pravděpodobností ale jedna z jeho početných milenek.³³⁵

Skutečnost, že Jan Kopp navázal kontakty se dvorem švédského krále Gustava I. dokládá dopis z královské kanceláře ve Stockholmu datovaný 22. ledna 1555, „týkající se doktora Koppa, nabízejícího své služby“. Otto Walde ve svém životopise doktora Koppa uvádí, že se pravděpodobně seznámil se třemi švédskými představiteli, jimiž byli Simon Walter, Lasse Knutsson a Lorentz Preuss. Ti roku 1555 oficiálně pobývali v Polsku a vyjednávali o zamýšleném sňatku vévody Erika s princeznou Kateřinou Jagellonskou, která se nakonec namísto něj provdala za Jana III. Král Gustav nabídku Jana Koppa přijal, a ten se tak v roce 1555 ocitl se svým doprovodem v přístavu Kalmaru. Společně s paní Bonikou a dětmi bydlel v domě ve čtvrti Juno ve stockholmském Starém městě (Gamla Stan).³³⁶ Gellner ve své práci však píše, že Jan Kopp do Švédska přijel ne na svou žádost, ale na pozvání samotného švédského krále Gustava Vasy. Kopp do Švédska přicestoval s celou svou početnou rodinou, která čítala několik dětí ve velmi nízkém věku a jeho značně mladou manželku. Ta vypada nejspíš skutečně mladistvě, neboť svědci nevěřili (oprávněně), že je s ní Jan Kopp skutečně církevně oddán. Janu Koppu byl přidělen zchátralý dům plný krys. Stálo ho tedy množství peněz dát jej do pořádku, nehledě na zařízení další lékárny a zahrady, v níž pěstoval rozličné druhy léčivých bylin. Krátce po příchodu Koppa do Stocholmu se roznesla zpráva, že ve švédském vojsku, stojícím ve Finsku se epidemicky roznáší nějaká horečnatá choroba s velikou úmrtností. Jan Kopp byl vyzván, aby se k epidemii vyjádřil a případně sám zasáhl.

³³⁴Podrobně celou záležitost ve své knize líčí Zikmund WINTER, *Šat, strava a lékař XV. a XVI. věku*, Praha 1913, s. 285-293. Je zde popsáno celé soudní řízení i podrobné vyličení osudů jednotlivých aktérů „manželského trojúhelníku“.

³³⁵Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s.36-37.

³³⁶TAMTÉŽ, s.37.

Jeho reakce je dodnes zaznamenána v tzv. *Vyjádření*, jež se dochovalo v originále.³³⁷ Rady byly nejspíše velmi užitečné, neboť se situace obrátila k lepšímu a Kopp tak znovuzískal přízeň švédského krále.

Během svého působení ve Švédsku se Jan Kopp necítil nikdy příliš spokojeně. To jasně vyplývá ze zasílaných stížností králi Gustavovi s různými náměty. V roce 1557 se například jednalo o spor Jana Koppa s židovským lékařem jménem Philippus Wulf, který tou dobou přijel do Švédska jako králův nový osobní lékař. Společně se dostali do prudké hádky, protože židovský lékař nařkl Koppa, že je špatný doktor a také že jako člověk se chová nemravně a má špatnou pověst. Spor mezi dvěma lékaři líčil král Gustav v dopise z roku 1557 svému synovi Erikovi. V té době již sedmdesátiletý Kopp byl se svým životem ve Švédsku nespokojený, dlouholetý svár s židovským lékařem mu působil řadu nepříjemností, že se rozhodl napsat žádost švédskému králi o propuštění z jeho služeb a mimo jiné i požádat o vyplacení svého platu. Král Gustav svému synovi v dopise otevřeně píše, že za přáním Koppa odjet ze země je skutečnost, že se prozradil jeho nemravný vztah k paní Bonice.³³⁸

V té době, roku 1558, finský vévoda a královský syn Jan onemocněl na zámku v Abo a švédský král Gustav, již neochotný snášet neustále nějaké stížnosti kolem doktora Koppa, za ním poslal právě jeho. Ten přijal s povděkem možnost opustit Stockholm a roku 1558 společně s dětmi, sloužícími i paní Bonikou odjel do Abo (dnešního Turku). U dvora vévody Jana a jeho milenky Kardin Hansdotter hrála celá tato nově příchozí skupina velkou roli. O paní Bonice se v pramenech mluví jako o přední ženě u Karinina dvora v Abo. „K důvěrnějšímu okruhu, v němž Karin Hansdotter byla ústředním bodem, patřili mimo jiné... doktor Jan Kopp a jeho paní Bonika, zřejmě jedna z předních dam dvora, poněvadž se mluví o její roli u dvora." U vévodova dvora se nacházeli i doktorovi synové – Theophilus, Polycarpus a Johann. Dvěma posledním jmenovaným bylo teprve šest až osm let. U dvora se stýkali s vlastními i nevlastními královskými dětmi a bylo s nimi jednáno jako s váženými členy šlechtického rodu. Během roku 1561, tedy před dynastickým sňatkem vévody Jana s Kateřinou Jagellonskou, jenž se konal 4. října 1562, se paní Bonika musela vrátit zpět do Stocholmu, kde pak vystupuje mezi dvořany princezny Cecílie Vasové.³³⁹ Karin

³³⁷Text otiskl P.J. Bergius r. 1758 ve spise *Stockholm před dvěma sty lety*.

³³⁸Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s.38.

³³⁹TAMTÉŽ, s. 38-40.

Hansdotter se před jejich sňatkem musela i s dětmi, které s vévodou Janem měla, ze zámku v Abo vystěhovat.³⁴⁰

Gellner uvádí verzi celé situace, kdy Jan Kopp odjel do Finska za vévodou Janem. Kopp začal být politicky podezřelý ve chvíli, kdy se spřátelil s ruským bojarem Zachařem Zupanovem, jehož intriky proti celistvosti švédské říše nebyly nijak skrývány. Když v roce 1558 onemocněl králův syn, pozdější král Jan III., jenž velel vojsku ve Finsku, byl k němu Jan Kopp vyslán, ale doprovázen stráží jako vězeň. Další pokyn krále byl ten, že všechny léky, které lékař synovi podá, musí nejdříve sám ochutnat, aby byla jistota, že se ho nechystá otrávit. Po dobu, kdy ve Finsku léčil královského syna, byl bedlivě střežen kvůli obavám, že by chtěl třeba uprchnout. Toto jednání přimělo již téměř sedmdesátiletého Koppa k tomu, že po návratu na švédský dvůr podal žádost králi o propuštění z jeho služeb. Důvody, které v žádosti Kopp uváděl, byly čistě praktické. Především se jednalo o jeho hmotné poměry. Finanční prostředky, se kterými do Skandinávie přijel, utratil hned zpočátku za přestavbu domu a zavedení lékárny a dosud se mu v ziscích nevrátily. Naopak je zadlužený, protože místní lidé nejsou na lékařskou péči a hlavně na lékárenské produkty zvyklí. K tomu si stěžuje, že již dva roky nedostal řádný plat. Odpověď krále Vasy byla však zamítavá. Kopp musel zůstat nejen v jeho službách, ale i u jeho nástupce Erika XIV. Gellner dále uvádí i jiný letopočet úmrtí Jana Koppa. Podle něho svůj život Jan Kopp z Raumenthalu skončil právě ve Švédsku v roce 1562 nebo 1563.³⁴¹

Podle údajů švédského autora Theutenberga byl ale Jan Kopp v tu dobu již po smrti. Zemřel podle něj roku 1558³⁴² za blíže neurčených okolností, nicméně ve značně pokročilém věku, tedy by se dalo soudit, že přirozenou smrtí. Abo se stalo poslední jeho životní zastávkou, když umírá, je mu něco přes sedmdesát let. Na základě dopisu, který napsal Koppův žák 22. července 1559 jeho synovi Theophilu Koppovi, se lze domnívat, že byl pochován v městské katedrále v Abo a na hrob mu byl vytesán erb rodu Koppů.³⁴³

V roce 1559 v tzv. Vratislavově genealogické sbírce v Národním muzeu v Praze se mluví o Lidmile z Velenic, české manželce doktora Koppa, jako o jeho vdově. Po celou dobu od uzavření jejich manželství na začátku 50. let 16. století tedy byla jeho zákonitou manželkou. V souvislosti s pohřbem Jana Koppa existuje podle Theutenberga dochovaný záznam o jeho pohřbu, datovaný právě k roku 1558. Popisuje se zde, co měli na sobě jeho

³⁴⁰Společně měli celkem čtyři děti - Sophia Gyllenhilem, Julius Gyllenielm, Augustus a Lucretia.

³⁴¹G. GELLNER, *Jan Černý a jiní lékaři*, s. 146.

³⁴²Stejný rok úmrtí uvádí i Jan ŠPOTT v *Časopise lékařů českých*, 1882, roč. XXI.

³⁴³J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s. 41-42.

synové. Bratři Theophilus, Polycarpus a Johann dostali smuteční oděv, k němuž patřily kalhoty z brabantského tmavého sukna a košile z vlněné látky. Po pohřbu byli oblečení do červených kalhot, šedé suknice a semišové košile. Na základě dopisu z 11. září 1564 byl novému královskému osobnímu lékaři, doktoru Benediktu Olaiovi předán dům doktora Koppa u Svartmunkegatan (dnešní Dominikánská ulice) ve čtvrti Juno ve Stockholmském Starém městě: „na sever od náměstí, kde stával klášter dominikánů, mezi Dominikánskou ulicí a domem pana Larse Fleminga blahé paměti, kterýžto dům dříve vlastnil zesnulý doktor Johannes Kopp.“³⁴⁴

Jak jsem již zmínila, Jan Kopp z Raumenthalu po sobě zanechal čtyři děti. Jeho synové zůstali u dvora vévody Jana i po jeho svatbě. Všichni tři jsou roku 1562 zmiňováni mezi „chlapci našeho milostivého pána“. Poslední zmínka o Theophilu Koppovi pochází z roku 1563. Byl tehdy jedním ze čtyř mladých vojáků, kteří od vévody Jana dostali každý čtyři koně. Brzy poté Theophilus zemřel. Pokud bychom navštívili kostel kláštera ve Vadseně, spatříme tam náhrobek s erbem rodu Koppů s nápisem „na památku šlechtetného a urozeného Theophila Koppa“. Zemřel 6. prosince 1654 a byl zde pohřben. Co se týká mladších synů doktora Koppa, tedy Polycapra a Johanna, je třeba uvést, že v seznamu pocházejícím pravděpodobně z roku 1568 se o Johannovi mluví jako o vévodovu mladém vojákovi nebo sloužícím. V tomto postavení byl přijat mezi vévodovy dvořany. Jeho o něco starší bratr Polycarpus byl po nástupu vévody Jana na švédský trůn v roce 1568 jmenován jeho „vrchním kuchmistrem“, což je funkce odpovídající pozici dvorního maršálka. 28. února 1576 obdržel Johann Copp plnou moc, aby řídil stavbu královského sídla v Linköpingu a zámku ve Stegeborgu.³⁴⁵

8.1. Okolnosti vzniku *Regimentu zdraví*

Během svého působení v hlavním královském městě se začal Kopp věnovat literární činnosti. Ve svém rodném jazyce, tedy němčině, sepsal regiment zdraví. Celým názvem - *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví Jana Koppa z Raumenthalu*. Dílo to bylo natolik rozsáhlé, že se mu málokteré v oboru vyrovnalo. Detailně se dílu budu věnovat v kapitole o samotném regimentu zdraví. Roku 1533 byl s psaním hotov a následovalo jeho vydání

³⁴⁴Tamtéž, s. 42.

³⁴⁵J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s. 43.

tiskem. Přestože ho sám autor sepsal ve svém rodném jazyce, rozhodl se ve snaze zajistit si jeho velké rozšíření a zájem mezi lidmi, nechat ho vytisknout v češtině. Sám však češtinu natolik neovládal, a tak si vyhledal dva překladatele. Především to byl Hynek Krabice z Weitmühle, český bratr a bývalý písař desek zemských³⁴⁶ a pak ještě jednoho, jehož jméno však není v záznamech uvedeno. Nejspíše se jednalo o kolektora a revidenta. Po třech letech spolupráce vyšel roku 1536 na náklady Jana Koppa a tiskem Jana Hada v Praze.³⁴⁷

Koppovo české vydání jeho rozsáhlého *Regimentu zdraví* je vlastně prvním vydáním. Sice ho sám sepsal ve své rodné řeči, tedy němčině, nicméně ihned ho nechal dát překládat do češtiny a na překladu se i sám podílel, jak je nápadně poznat z nezaměnitelného stylu jeho jadrného vyjadřování. Spis v německé verzi nikdy vydán nebyl, existuje tedy pouze tato česká podoba, i když je možné, že vydání v německém jazyce Kopp zamýšlel, ale kvůli vysokým nákladům českého tisku k němu již nedošlo.

V samém úvodu knihy Kopp uvádí důvody, které ho vedly k sepsání regimentu zdraví a zároveň skepticky předpovídá negativní kritiku. Píše: „čeští národové u větší nestřídmosti a zbytečnosti živí jsú a těmi se obtěžují, nežli jiní národové“,...“Královské Milosti rady, znamenité a velmi potřebné osoby... dříve času žalostivě sešly“. Proto považoval za potřebné sepsat *Regiment* z nejzkušenějších lékařů a knih, „což i svým přirozeným jazykem sepsal a pro ty, kteříž ani tomu jazyku nerozumějí, na svůj náklad přeložiti na češtinu tisknouti dal“. V předmluvě čtenáři píše ještě toto: „A protož, což jsem pánuom svým zvláště připsal, to pro obecní dobré tisknutí jsem dal, ačkoli sem to dobře viděl, i také sobě to prvé překládal že někteří a zvláště ti, kteříž mistra a učitele svého Epikura následují, a podle něho pro lepší rozkoš jídla a pití z zhovadilé a sviňské žádosti jeřábovy křtán neb hrdlo sobě vinšují, této mé práce a nákladu – s posmíváním leviti a tupiti ji budou.“³⁴⁸

Přes veškeré výčitky a pohoršení, které musel Jan Kopp po vydání svého obsáhlého díla snést, bylo po určité době vyhledáváno a čteno. Českou úpravu kromě na první straně knihy uvedeného Hynka Krabice z Weitmühle, obstarával ještě onen překladatel české národnosti, ale neznámé totožnosti. Důkaz, že překladatelé byli dva, ale máme, a to ve vyjádření samotného Jana Koppa. „I z té příčiny jsem to svým přirozeným německým jazykem sepsal a pro ty, kteříž ani tomu jazyku nerozumějí, na svooj náklad přeložiti na češtinu a tisknutí jsem dal... řečí německou každému jest dosti zřetelně k vyrozumění

³⁴⁶Po bitvě u Mühlerku byl jako jeden předních vůdců odboje proti Ferdinandovi odsouzen 3.8. 1547 ke ztrátě hrdla, ale na přímlovu vlivných osob u dvora nebyl stať, ale pouze mučen a odebrán jeho osobní majetek. Josef SVÁTEK, *Obrazy z kulturních dějin českých*, Praha 1891, II., s.168.

³⁴⁷G. GELLNER, *Jan Černý a jiní lékaři čeští*, s.140-141.

³⁴⁸Č. ZÍBRT, *Staročeská tělověda*, s. 84.

povědíno a vydáno, než kterak jest to potom od vykladačův aneb tlumačův, jakož sem dva měl (ježto také nemohu toho souditi, poněvadž dostatečně a gruntovně té řeči nerozumím, nežli mám tu naději a doufám, poněvadž sú mi za nejlepší a v té věci za nejzvyklejší, jichž sem na tento čas doptati mohl, schválení a oznámení, a poněvadž sem jim podle jich vší vuole nemalý a octivý úplatek, i přes mů možnost a ne bez mého obtížení za to učinil, žeť sú se v tom bez pochyby, jakožto na dobré, ctné lidi záleží a sluší, slušně zachovali a k tomu, že sem také sám žádné práce a pilnosti nelitoval, nežli s některými mými dobrými přátely, kteříž českú řeč dobře uměli, po vyložení a tlumačení několikrát sem přehlédli a přečetli, a znáti sem nemohl, aby kde jaký zřetelný omyl, na kterémž by co obzvláštně náleželo, nalezen byl...“³⁴⁹

Lze tedy jistě říct, že Jan Kopp dbal na to, aby český překlad byl co nejvíce shodný s německou verzí. Dohlížel na přesnost a věcnou správnost, dnes bychom pro to použili termín, že text byl autorizován.

8.2.Gruntovní a dokonalý regiment

Nejstarším česky tištěným regimentem zdraví je kniha Jana Koppa z Raumenthalu,³⁵⁰ vydaná v 2° formátu u Jana Hada v Praze, roku 1536.³⁵¹ Tisk má 202 listů, jejich rozměry u litoměřického exempláře³⁵² jsou 270 x 180 mm. Na lici titulního listu v renesančním rámci

³⁴⁹Tamtéž, s. 85.

³⁵⁰Kniha již byla mnohokrát hodnocena a studována, jejímu rozboru ji podrobili například Ignác Jan Hanuš, který navíc upozornil na skutečnost, že česká verze je vlastně současně originál, protože německý text nikdy tiskem nevyšel. Hanuš cituje Koppovu předmluvu a dedikaci císaři, a tak uvádí, že práce mu trvala tři roky a motivací k sepsání byly špatné stravovací návyky obyvatel českého království. Viz J. HANUŠ, *O české literatuře zdravotní*, s. 302. Čeněk ZÍBRT prakticky veškeré informace a poznatky k autorovi i díle načerpal ze starší literatury, především pak z citovaného Hanuše a J. Špotta, sám uznává, že kniha je nejrozsáhlejší staročeskou zdravotní, jejíž obsah je podmíněn dobou, ve které byla sepsána. Pozitivem Zíbrtova příspěvku je široká pozornost věnovaná obsahu. Viz Č. ZÍBRT, *Staročeská tělověda a zdravotní*, s.84. G. GELLNER také podtrhuje znalost medicíny autora a množství autorů, na které odkazuje, obsahu se však nevěnuje téměř vůbec. Viz G.GELLNER, *Jan Černý a jiní lékaři*, s. 140.

³⁵¹Knihopis číslo 4315. K tiskaři viz Mirjam BOHATCOVÁ- Josef HEJNIC, *O vydavatelské činnosti Veleslavinské tiskárny 1578– 1620*, Folia Historica Bohemica 9, Praha 1985, s. 77., zde autorka uvádí, že Had tuto Koppovu knihu nevydal roku 1535, jak se uvádí ve starší literatuře, nýbrž až po 4. dubnu 1536, kdy je datována autorova dedikace králi Ferdinandovi, viz Ibidem s.81. citace z David TOMÍČEK, *Regimenty zdraví 16. století – tradice, rozbor, interpretace*, (diplomová práce PedF UJEP), Ústí nad Labem 2004, s. 73-74.

³⁵²Nejjasnějšímu knížeti a panu / panu Ferdynandovi. Římskému Uherskému / a Českému ec, Králi / jeho Kralovské milosti ku poctivosti. A jiným všem obyvatelům Království Českého též ipříslušejícím ktěmuž Království zemím / ku užitku a dobrému. Gruntovní a dokonalý Regiment (...), Staré Město pražské 1536, Biskupská knihovna Litoměřice, sign. NF 13. (dále citováno jako *Gruntovní a dokonalý Regiment*). Na předním předešlém tisku je vlepený rokokový exlibris biskupa Emanuela Arnolda Valdštejna (1716-1789) s devizou „Unica spes nostra deus est.“, přes který je přelepena známka se signaturou a nápisem „Bibliotheca residentiae episcopalis Litomericensis“. Biskupova deviza je dále vepsána rukou na přední stranu titulního listu. Kniha byla v 18. století převázána v hnědé mořené usni s linkou (snad původně zlacenou) na okraji. Na hřbetu vazby je

ze šesti kusů najdeme plný název díla a císařský znak s vřezanými písmeny "F", "A" a letopočtem 1535. Úplný název knihy zní: „Nejjasnějšímu knížeti a panu/ panu Ferdinandovi³⁵³. Římskému/ Uherskému/ a Českému ec, Králi/ jeho Královské milosti ku poctivosti. A jiným všem obyvatelům Království Českého též i příslušejícím k témuž Království zemím/ k užitku a dobrému. Gruntovní a dokonalý Regiment/ neb zpráva/ jak jeden každý Člověk ve všech věcech zdraví své s Boží pomocí uměním vždycky opatrovati/ a mnoho těžkých nemocí i také nečasnou smrt předcházeti má a může Skrze Urozeného a vysoce učeného Jana Koppa z Raumenthalu/ sedmera svobodných umění/ a v Lékařství Doktora/ v šest dialogů/ aneb šestero rozmlouvání pořádně sepsaný. A skrze Urozeného Hynka Krabice z Waytmille v češtinu přeložený.“³⁵⁴

V samotném titulu nalezneme dedikaci, ta je vyzdvížena přítomností erbu, vlastní název spisu a informaci o žánru a formě, kterou je dílo napsáno. Dále jméno autora a také jeho překladatele. Tisk pokračuje foliem A1, které litoměřický exemplář neobsahuje. Titulní list je na kraji oříznutý nebo odstřižený a na více místech poškozený, je přilepený k jinému listu, který byl nejspíš dodatečně připevněn k prvnímu archu. Z toho důvodu pak není vidět erb, jenž je vytištěn na rubu titulního listu a vsazený do renesančního rámce ze sedmi kusů s vřezanými písmeny A.E.V.N.

Obsah celého díla je poměrně přehledně rozvržen. Na jeho začátku nalezneme obsah spisu, který byl rozdělen do šesti dialogů (rozmlouvání), obsah je doplněn o stručný podobsah každého rozmlouvání zvlášť. Dále můžeme spatřit seznam vědeckých autorit podle jednotlivých oborů působnosti: Písmo svaté, lékařství, filosofie, hvězdářství a geografie, kronikářství, historie a jiné moudrosti. Jména lékařských autorit jsou tištěna ve třech sloupcích antikvou. Ve spodní části téže strany začíná předmluva překladatele, Hynka Krabice z Weitmühle: „jednomu každému kdož v knihách těchto čísti bude chtiti (...)“ Dále následuje dedikační předmluva: „Nejjasnějšímu Knížeti / a panu panu Ferdinandovi. Římskému / Uherskému / a Českému ec. Králi (...)“, pod níž je uvedený „Poddaný služebník a Lékař životní (...) Jan Kopp z Raumethalu, Doktor“. Na té samé straně v dolní části je napsána předmluva směřující čtenáři, začínající slovy: „Jan Kopp z Raumenthalu Doktor (...) tomu kdož tyto knihy bude chtíti (...), končící na další straně.

zclazený rámeček s poškozeným nápisem OPERA MEDICA JOANNIS K[O]PP. Listy knihy jsou v dobré stavu, obsahují četná podtrhání řádků a přípisky. citace z David TOMÍČEK, *Regimenty zdraví 16. století – tradice, rozbor, interpretace*, (diplomová práce PedF UJEP), Ústí nad Labem 2004, s. 73-74.

³⁵³Viz obrazová příloha č. 10.

³⁵⁴*Gruntovní a dokonalý Regiment, titulní list, líc.*

Následující list je již popsán začínajícím vlastním textem regimentu, jež začíná slovy: „Nejprvnější rozmlouvání Doktora Jana Koppa z Raumentalu“ a končí: „Konec nejprvnějšího rozmlouvání Doktora Jana Koppa / kteréž na místě předmluvy Stalo se jest.“ Ještě dole začíná druhý dialog krátkým oznámením: „Počíná se druhé rozmlouvání jeho o těch věcech (...“); dialog pokračuje na dalších listech. Šestý a zároveň poslední dialog je ukončen těmito slovy: „Konec šestého a posledního rozmlouvání doktora Jana Koppa/ o opatrování zdravého těla ac.“³⁵⁵

Regiment je opatřen rejstříkem, který má vlastní listování arabskými číslicemi v pravé spodní části listu. Tisk je dle Knihopisu zachován ve dvaceti pěti exemplářích. Jak jsem již několikrát zmínila, regiment je výjimečný tím, že je napsán formou dialogu.³⁵⁶ To by samo o sobě nebylo nic neobvyklého, až na ten rozsah a podrobné informace, které nám autor díla podává. Jedná se o dialog neboli rozmlouvání po sobě následujících setkání mezi Mistrem a Učedníkem. Setkání vždy začínají zrána a končí za soumraku.³⁵⁷ Náplní rozhovorů jsou témata, ve kterých má Mistr vždy návrh. Vždy prokáže svoje zkušenosti, dokáže je vyargumentovat v případě pochyb svého Učedníka. Mistr je vždy dominantní postavou, vysvětluje, radí, kárá, nabádá, doporučuje a také vynáší soudy. Učedníková pozice je značně pasivnější a submisivní. Často se mýlí a zaujímá k jednotlivým problémům obecně sdílený názor, pročez je kárán. Učedník mívá často ve zvyku se smát, až vysmívat se a pronášet humorné repliky. Dost často zapomene nějaký poznatek z minulého rozhovoru, a tak jej Mistr vždy zopakuje a odkáže na ten který den rozhovoru, kdy o daném tématu již jednou byla řeč. O těchto smyšlených postavách nám autor nic bližšího neříká, Mistr má blíže k autorovi, je zkušený, starý a plný vědomostí a životních pravd. Proti tomu Učedník se teprve o životních pravdách od svého Mistra nechává poučovat, společně se čtenářem. Koppův regiment je skutečně velmi podrobný a na dnešní dobu by se dalo říct, že se jedná až o úmorně zdlouhavé pasáže, nicméně styl psaní, který si Kopp vybral, tedy dialog, napomáhá určitému odlehčení a dodává textu na dynamice. Navíc Učedník Mistra vždy upozorní, pokud je jeho výklad příliš zdlouhavý, či odborný, a tím i zajistí čtivost pro budoucího čtenáře.

³⁵⁵ *Gruntovní a dokonalý Regiment, titulní list, líc.*

³⁵⁶ Dialog byl v české literatuře 16. století využíván hojně a bývá hodnocen i jako vlastní žánr. Evžen Petrů ve studii o genologickém systému literatury tohoto období zařazuje dialog mezi tzv. žánry synkretické, tj. žánry, které se objevují v literatuře krásné, věcné i naukové. Jejich společným znakem bylo využití dialogu jak pro rozvinutí děje, tak pro řešení naukového nebo morálního problému. Viz Evžen PETRŮ, *Genologický systém české literatury 16. století*, in: Sborník prací filosofické fakulty brněnské univerzity D 32, 1985, s. 54.

³⁵⁷ „Musíme končit, blíží se večer“, Jan Kopp řeší konce svých rozhovorů pomocí obrazu blížícího se večera. Mistr tak posílá svého Učedníka domů. Tento typ závěrového schématu je prakticky jediný, který přešel z antiky do středověké literatury. Viz Ernst Robert CURTIUS, *Evropská literatura a latinský středověk*, Praha 1998, s. 103.

Když si dnešní čtenář tuto lékařskou knihu prostuduje, tak zjistí, že doktor Kopp zřejmě jako málokterý tehdejší lékař vzal na zřetel význam hygieny a snad i roli, jakou v medicíně hrají bakterie a jejich šíření. Ve své knize, a to je velmi ojedinělé, Kopp poukazuje na obrovský význam čistoty v péči o nemocné.³⁵⁸ V kontextu doby, ve které Jan Kopp žil, jsou tyto moderní hygienické zásady úctyhodné.

Je zajímavé, jak významnou roli přisoudil Jan Kopp číslu šest ve své práci. Vlastní text je rozdělen do šesti dialogů, které začínají za rozbřesku a končí za soumraku. Každý den je ve znamení jednoho nového tématu, po šesti dnech toto „přednáškové lékařství“ končí. Je zde jasně patrná analogie s Božím plánem stvoření světa v šesti dnech, a co víc, v závěru i samotný Kopp ústy Mistra tuto domněnku potvrzuje: „kteružto věc v šesti dnech/ totiž v jednom týdnu vykonati jsem chtěl / a poněvadž všemohucí pán/ když jest své dílo a skutek všeho stvoření v šesti dnech vykonati ráčil jest sedmý k odpočívání sobě zalíbiti.“ A protože stejně tak i Mistr vyhradil sedmý den odpočinku, je v textu tento den nahrazen epilogem. Druhý význam číslovky šest je spojen se samotným žánrem regimin sanitatis. Okruhů *res non naturales* je rovněž šest. Všechny jsou v Koppově díle probírány během jediného dne.

První rozmlouvání je v podstatě předmluva, v níž autor zdůrazňuje potřebnost a užitečnost mít svůj *Regiment zdraví* a řídit se jeho radami. Nabádá před špatnými lékaři a naopak vyzdvihuje vlastnosti těch dobrých. Zabývá se tím, odkud vlastně člověk pochází, z čeho vznikl. Popisuje jednotlivé komplexe – povahy a jejich význam v lidském životě. Zdůrazňuje význam rozdílných vlivů, které působí na člověka, jako je věk, řád, živnost, roční období, změna klimatu i počasí. V závěru se věnuje anatomii lidského těla, a rozebírá jednotlivé povahy všech lidských orgánů.³⁵⁹

Ve druhém rozmlouvání je probíráno šest *res non naturales*. Jedná se o tradiční první téma - *aer*, jež je zde vyloženo pod názvem „O dobrým a zlým povětrí“. Druhé téma - *cibus et potus*, zde nese název „O obecním jídle a pití.“ Obecně je jako třetí téma uváděno *motus et quies*, zde, v Koppově regimentu je však až na pátém místě a nese název „O díle a mohbitosti“. Čtvrté téma, shodně umístěné i v Koppově díle, je *somnus et vigilia*, zde jako „O obecném spaní a bdění“. Páté téma bývá *excreta et secreta*, zde řazeno jako třetí a nese název „O obecné plnosti a prázdnoti“. Jako šesté a poslední je uvedeno *affectus animi* a zde je označeno jako „O případnostech mysli“. Lze tedy s jistotou tvrdit, že Koppova

³⁵⁸Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp*, s. 20.

³⁵⁹Jan Kopp z Raumenthalu, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví...*, fol. 1–17.

životospráva v úplnosti respektuje tradiční první část regimin sanitatis. Pořadí témat z obsahu není ve vlastním textu dialogu úplně dodrženo. Jako první je probíráno povětří: druhy větrů, smrduté zápachy a jejich zdroje, škodlivé páry a vliv povětří na organismus. Následuje výklad o jídle a nápojích, se zvýšenou pozorností na víno a pivo a fenoménu obžerství a opilství obecně. V tomto kontextu je zdůrazňována především střídmost. Na téma jídlo a pití plynule navazuje výklad o způsobech vyčištění těla od zbytků potravy a nečistých šťáv. Zmíněn je i pohyb a práce, ne však ve smyslu činnosti za účelem obživy, ale práce pro zdraví. Ta zahrnuje různé hry a dvorské kratochvíle: jízdu na koni, kuželky, hru s míčem, vrhání bidlem, zápasení apod. Pozornost je věnována i intelektuálním činnostem, stimulující ducha, a tak i duševní zdraví. Na toto vykládání navazuje téma emocí a duševního zdraví vůbec (*affectus animi*), k němu je připojena pasáž o pohlavním životě, jeho kladech i záporech a také výklad o lázních. Závěr druhého rozmlouvání je věnován spánku a bdění.³⁶⁰

Hned zkraje třetího rozmlouvání se můžeme dočíst tématu „dětského regimentu“. Časově zde Mistr zahrnul dobu od porodu až po potřeby batolete, kdy Mistr poučuje Učedníka, a tím i čtenáře, jak se správně o batolata starat. Zohlednit nezapomíná ani takový aspekt, jakým je patřičný vzhled chůvy. Dále probírá přípravu různých dětských léčebných kúr. Zvláštní zřetel je kladen na dětské nemoci a stejně tak seriózně se projednává to, co je vhodné podávat malým dětem k pití. U mateřského mléka věčně zůstat nemohou a na pití vína jsou ještě malé, proto jim Mistr a tedy i autor regimentu doporučuje pivo. Součástí této kapitoly je i výklad o jednotlivých povahách. Mistr sestavuje podrobný režim pro každou komplexi, udílí rady pro ty, kteří chtějí ztloustnout a zároveň pokračuje výkladem o tloušťce, menstruačním cyklu a o neplodnosti. Poté následuje výklad o regimentu určeném pro staré lidi a také doporučení životosprávy pro každé ze čtyř ročních období. Třetí rozmlouvání uzavírá pojednání o anatomii lidského těla.³⁶¹

Ve čtvrtém rozmlouvání je pozornost upřena na téma jídla a různé druhy pokrmů vůbec. Důraz je kladen na vlastnosti jednotlivých pokrmů, rozlišení jejich podstaty na horké, studené, vlhké či suché. Jsou zde udílěny rady kdo, kdy, co a v jakém množství může požívat, aby mu nehrozila nemoc ze zvýšené koncentrace dané šťávy v určitém orgánu. Některé druhy potravin jsou vyzdvihovány pro jejich léčebné vlastnosti, například zelenina.³⁶²

³⁶⁰Tamtéž, fol. 18–38.

³⁶¹Tamtéž, fol. 38–75.

³⁶²Tamtéž, fol. 77–110.

V pátém rozmlouvání nalezneme informace k vybraným obvyklým nemocem: rýma, souchotiny, astma, močový kámen, dna, franská nemoc a mor. Nechybí zde ani rady pro nemocného, a návod na přípravu léčiv.³⁶³

Šestému rozmlouvání dominuje téma o správném pouštění krve a o nejrůznějších purgacích, neboli prostředcích k vyčištění těla od škodlivin a nepatřičných vlhkostí. Nalezneme zde i návod na přípravu pilulí, truňků, čípků, prachů, pálených vod a informace o léčivých bylinách a způsobech, jak je přesně využívat. Na konci šestého dne, a na konci celého rozmlouvání dostává Mistr od svého Učedníka blíže nespecifikovaný klenot za vykonanou práci. Tím končí jejich dialog i celý *Regiment*.³⁶⁴

³⁶³Tamtéž, fol. 111–153.

³⁶⁴Tamtéž, fol. 154–188.

9. Adam Huber z Riesenpachu

Na prostoru vymezeném pro tuto kapitolu bych ráda představila muže, který si díky svým zásluhám pozornost zaslouží. Jeho jméno není veřejnosti tak zcela neznámé, a to právem. Svým zájmem o české zdravotnictví a především pak školství a literární vědu, se zapsal do historie těchto vědeckých oborů. Do historie literatury se zapsal především vydáváním odborných děl v českém jazyce, a to jak svých vlastních, tak i převzatých a posléze do češtiny přeložených. V neposlední řadě je nutné vyzdvihnout jeho zájem a aktivní snahy o povznesení úrovně českého školství. Podstatně zasáhl do dění kolem Univerzity Karlovy v jejím nejkritičtější období. Během svého života se stal lékařem, fyzikem, překladatelem, profesorem, děkanem a rektorem. Životem a především pak životním odkazem Adama Hubera z Riesenpachu se zabývala celá řada vědců.³⁶⁵ Zajímal je buď jako Huber lékař, nebo Huber vychovatel a profesor.

Adam Huber³⁶⁶ se narodil ve Velkém Meziříčí na Moravě 3. února 1546. O jeho rodičích nejsou vedeny žádné záznamy, není tedy možné je pojmenovat, či zařadit k nějaké profesi. Sám Huber o nich píše jen tolik „narodil jsem se z rodičů dobřejch a poctivejch“³⁶⁷. Jeho jméno můžeme nalézt v různých obměnách, psal se také Hubér, Huberus, z Riesenbachu, Riesenpachu³⁶⁸, Rysenpachu a Ryzenpachu, (přídomek Meziříčský, Mezericenzis, Mezericenzis Moravus). Je možné, že se původně jmenoval Schwartz, pod tímto označením ho můžeme najít například v matrice wittenberské univerzity.³⁶⁹

Základního vzdělání dosáhl v místě svého bydliště, prošel tedy elementární i partikulární školou, nově nadanou r. 1557 od Zikmunda Heldta z Kementu.³⁷⁰ Musel být jistě vynikajícím žákem. Na to se dá usuzovat především z toho důvodu, že si ho jako průvodce a vychovatele po studiích ve Wittenbergu a v Tübingen pro své dva syny vybral sám tehdejší majitel meziříčského panství, místokancléř českého království a rada císaře

³⁶⁵Huberova životopisná data viz Ignác Jan HANUŠ, *O české literatuře zdravotní v šestnáctém století*, časopis muzea království českého 37, 1863, s. 348; Jan ŠPOTT, *Příspěvky ke staré literatuře lékařské v Čechách* Časopis lékařů českých 20, 1882, s. 605.; Josef VINAŘ, *Obrazy z minulosti českého lékařství*, Praha, 1959.; Karel BERÁNEK, *O počátcích pražské lékařské fakulty 1348-1622*, Acta Universitatis Carolinae. Historia Universitatis Carolinae Pragensis, 9, 1968, 2, s. 64; Antonín TRUHLÁŘ – Karel HRDINA – Josef HEJNIC – Jan MARTÍNEK, *Rukověť humanistického básnictví v Čechách a na Moravě I–V*, Praha 1966–2011, zde 1996, 2, s. 365.

³⁶⁶Viz obrazová příloha č. 11.

³⁶⁷Ze závěti 15. Zář 1613.

³⁶⁸V této práci již dále jako Adam Huber z Riesenpachu.

³⁶⁹Vladimír FORST, *Lexikon české literatury: osobnosti, díla, instituce 2*, Praha 1993, s. 350.

³⁷⁰A. TRUHLÁŘ – K. HRDINA – J. HEJNIC – J. MARTÍNEK, *Rukověť*, s. 364.

Ferdinanda I. Zikmund Heldt z Kementu.³⁷¹ Adam Huber tedy odjel s oběma mladými Heldty, Zikmundem a Vladislavem na studia do Wittenbergu a Tübingen.³⁷² Právě ve Wittenberku se blíže seznámil s profesorem Kašparem Peucerem a Henrikem Clingeriem.³⁷³ Sám se do vlastních studií ale natolik ponořil, že již ve stáří 21 let byl promován na mistra svobodných umění a později na doktora lékařství. Jeho promoce oslavil básník Krinitus z Hlavačova složením dlouhé básně.³⁷⁴ V následujícím roce 1568 byl zvolen na probošta koleje Karla IV. A současně vykonával již od roku 1567 lékařskou praxi v jezuitské klementinské koleji. Uvádí se, že během morové epidemie roku 1568 zcela nezištně³⁷⁵ léčil tamní kolegiáty a to jak vedne, tak i v noci. Z toho mu zůstala přezdívka „husita-jezuita“. Roku 1570 nastoupil znovu na žádost Aleny Berkové coby vychovatel jejích synů Zikmunda a Vladislava Heldtů z Kementu. V tomtéž roce s nimi pobýval opět ve Wittenberku, a v zimním semestru roku 1573 se společně s nimi zapsal na univerzitu v Lipsku. Během let 1575-76 se vrátil do svého rodiště, kde na žádost Aleny Berkové sepisoval školní řád pro tamní nově založené gymnázium. Tento řád se však do dnešních dnů bohužel nedochoval. Po jeho dokončení se vrátil znovu ke studiím. 11. června 1577 byl zapsán na univerzitu v Marburku, dne 23. srpna téhož roku vykonal na wittenberské univerzitě doktorskou disputaci a za čtyři dny poté, 27. srpna, byl promován na doktora lékařství.

Po skončení studií r. 1567, v nichž se věnoval matematice, astronomii, klasickým jazykům a především lékařství, se Adam Huber vrátil zpět domů do Čech a usídlil se na nějakou dobu v Praze. Zde 20. srpna 1567 podal žádost děkanovi Univerzity Karlovy Prokopu Lukáčovi, aby byl zařazen mezi univerzitní mistry. Po veřejných disputacích, první 20. srpna a druhé 2. října, a předložení ověřovacích listin z wittenberské akademie bylo jeho žádosti vyhověno.³⁷⁶ Na pražské univerzitě přednášel z děl významných lékařských autorit, jako byli Aristoteles, Vesalius, Galén a Gabriel Fallopius, jenž byl profesorem lékařství ve Ferraře a v Padově.³⁷⁷ Z roku 1577 jsou zaznamenány tyto vedené přednášky: z „Aristotela

³⁷¹Martin HOLÝ, *Zrození renesančního kavalíra, výchova a vzdělávání šlechty z českých zemí na Prahu Novověku (1500-1620)*, Praha 2010, s.133 a s. 150.

³⁷²Martina BENEŠOVÁ – Vladimír NĚMEČEK, *Adam Huber Meziříčský z Risenpachu*, in: Karel Daněk, Miloslav Matoušek, Průkopníci z Horácka, význam krajové tematiky v dějinách lékařství, Nové Město na Moravě 1962, s. 3- 12, s.3.

³⁷³A. TRUHLÁŘ – K. HRDINA – J. HEJNIC – J. MARTÍNEK, *Rukověť*, s. 364.

³⁷⁴Martina BENEŠOVÁ–Vladimír NĚMEČEK, *Adam Huber Meziříčský*, s.3.

³⁷⁵Je otázkou, z jakého důvodu poskytoval lékařskou péči nezištně. Vzhledem k tomu, že v tuto dobu nebyl ještě řádně dostudován na lékaře, je pravděpodobné, že za léčení nemohl tedy pobírat plat.

³⁷⁶M. BENEŠOVÁ–V. NĚMEČEK, *Adam Huber Meziříčský*, s.3.

³⁷⁷A. TRUHLÁŘ – K. HRDINA – J. HEJNIC – J. MARTÍNEK, *Rukověť*, s. 365.

De sensu et sensato", ale zároveň v tomtéž přednáškovém programu přednáší každý pátek v druhé ranní hodině „anatomiam corporis humani secundum Vesalium."³⁷⁸ Lze ho jistě považovat za stoupence reforem a pokroku vědy, především v oblasti anatomie.

V této době však pražská univerzita nedosahovala takové úrovně jako za jejího zakladatele nebo za působení mistra Jana Husa. Upadl její vzhlas i zájem o studium zahraničních studentů, kteří univerzitě přinášeli nejvyšší zisky. Celková důležitost univerzity se omezila pouze na právo dosazovat učitele do městských škol v zemi. Ze čtyř původních fakult byla v činnosti už jen jediná, a to fakulta svobodných umění neboli filosofická fakulta. Ačkoli na evropských univerzitách byl humanismus v plném proudu, na pražské univerzitě se stále vyučovalo podle Aristotelovy metody. Proto ti, kteří chtěli získat pokrokové vzdělání, odcházeli na zahraniční univerzity, jako byly Paříž, Benátky, Bologna, Štrasburg a Wittenberg. Zastaralý řád navíc bránil obnovení lékařských a právnických profesorských stolic, navzdory skutečnosti, že v zemi působili tak významní lékaři, jako byl Tadeáš Hájek z Hájku, Adam Zálužanský a právě Adam Huber z Riesenpachu. Z právníků se pak sluší vyjmenovat Šimona Proxima a Kristiána Koldína. Ač z jiných oborů, museli se tito jmenovaní lékaři a právníci spokojit s výukou na artistické fakultě. Kromě toho byly jejich životy svázány striktními pravidly. Profesorům bylo nařízeno žít v celibátu, bydlet pospolu a společně se i stravovat. Tato profesorská domácnost nebyla nijak bohatá, univerzitní jmění bylo poničeno, poddaní z vesnic, patřící k fakultě platili vzhledem ke své chudobě málo a pro své pány dodávali i malé množství potravin. Ani studenti na tom nebyli hmotně o nic lépe. Těch, kteří si mohli zaplatit plnou taxu za byt a stravu na koleji, bylo velmi málo, na celé fakultě 8 až 14. A tak živořili nejen učitelé, ale i žáci, pryč byly hojné časy univerzity před zabráním, a zastavením jejích statků císařem Zikmundem.³⁷⁹

Po dvou letech působení na Karlově univerzitě byl Adamu Huberovi svěřen již zmíněný úřad probošta, tedy správcovství univerzitního jmění. Huber tento úřad vykonával rád a svědomitě. Zápisy ze schůzí profesorů z té doby jsou zaplněny zprávami o cestách, které Huber vykonával, aby akademii i kolegům získal, co jim právem náleželo. Přes všechny jeho horlivé snahy velké množství profesorů z akademie odcházelo, buď z důvodu uzavření manželství, nebo za lepším výdělkem a jinými pracovními příležitostmi. Vykonávání úřadu probošta si vyžádalo mnoho času, ale i přesto Huber nezanedbával svoje učitelské povinnosti. Přednášel natolik zajímavě, že si zanedlouho vysloužil úctu okolí, získal si i náklonnost

³⁷⁸Zikmund WINTER, *Děje vysokých škol Pražských od secessí cizích národů po dobu bitvy bělohorské (1409-1622)*, V Praze 1897, s. 71.

³⁷⁹M. BENEŠOVÁ– V. NĚMEČEK, *Adam Huber Meziříčský* s.4-5.

Adama Budovce z Budova, který Hubera požádal, aby se staral o studia jeho syna Václava.³⁸⁰ Dobré pověsti se jeho jméno těšilo i v odborných kruzích, a tak ho jeho kolegové zvolili 10. října 1578 za děkana filosofické fakulty. Tento post si udržel i pro následující rok. Na vykonávání tohoto úřadu mu k ruce byli přiděleni rektorem Matějem z Hájku dva asistenti. Byl to Mistr Petr Kodicill z Tulechova a Mistr Zeletín Pražský, kteří měli dozor nad pořadem přednášek, zatímco dohled nad univerzitním majetkem byl svěřen Mistru Markovi Bydžovskému a Mistru Trojanu Městeckému. Za Huberova děkanátu probíhal spor mezi Karlovou univerzitou a kapitulou sv. Víta o privilegium obsazování uvolněných míst kanovníků. Huber věc diplomatickým jednáním vyřešil ku prospěchu univerzity.

Po skončení dvouletého období svého děkanátu se Huber funkce vzdal a odešel z univerzity. Důvodem nejspíš byl jeho plánovaný sňatek, který by nemohl uzavřít, protože pro něj, jako pro přednášejícího profesora platila již zmíněná pravidla, včetně celibátu a bydlení společně se svými kolegy z univerzity. Sňatek uzavřel roku 1580 s dcerou litoměřického měšťana Matyáše Loefarta Ludmilou, která jim svým věnem zabezpečila spokojenou budoucnost. Z tohoto věna se odvíjely jeho další investice a následně nahromaděné jmění. Nicméně Adam Huber ve své činnosti nezhálel. Otevřel si lékařskou praxi, která se stala hojně navštěvovanou a tím se Huberovo jméno coby značka spolehlivosti a váženosti upevnilo.³⁸¹

Vzhledem k čím dál častějšímu rozmáhání nakažlivých chorob, zřídili čeští stavové úřady krajských fyziků. Zástupci evangelíků a podobojí prosadili Huberovo jmenování prvním fyzikem v Litoměřicích. Huber tam odjel se stavovským dekretem, netušil však, že jeho manželství nepotrvá dlouho, protože jeho žena po čtyřech letech manželství náhle umírá. Po její smrti se Adam Huber stěhuje zpět do hlavního města, kde se rok po první svatbě ženil znovu, 11. února 1585, tentokrát s Annou Píseckou z Kranichsfeldu, příslušnicí významného novoměstského patricijského rodu. Ta sebou do manželství kromě rozsáhlých vinic přinesla také dům v Praze na Poříčí, s označením "U Stříbrné labuti"³⁸², a do počátku tohoto století se jmenoval „U Píseckých“ (č.p. 7). Tímto sňatkem se Huber stal měšťanem Nového Města pražského, ale zůstal i měšťanem litoměřickým, protože i v tomto městě vlastnil dům a vinici. Při svém prvním sňatku si dal Adam Huber razit pamětní medaili, na níž je vyobrazen ve věku čtyřiatřiceti let. Po návratu do Prahy zde Huber obnovil i lékařskou praxi a pražské univerzitě

³⁸⁰Martin HOLÝ, *Ve službách šlechty, vychovatelé nobility z českých zemí (1500-1620)*. Praha 2011, s. 195-197.

³⁸¹M. BENEŠOVÁ – V. NĚMEČEK, *Adam Huber Mezříčský*, s. 4–5.

³⁸²A. TRUHLÁŘ – K. HRDINA – J. HEJNIC – J. MARTÍNEK, *Rukověť* s. 365-366.

zůstal věrným podporovatelem, který se při každé příležitosti snažil jednat pro její prospěch. Staral se jak o zlepšení životního postavení jejích profesorů, tak o pověst školy jako takové. Veřejně tak vystoupil i proti veršům syna novoměstského měšťana Václava Mašteřovského Pavla Jizbického z Jizbice, který je sepsal pod názvem *Tres libri periculorum* jako posměšnou urážku pražské univerzity a hlavně jejích profesorů Jana Campana a Jiřího Carolidese.³⁸³

Důkazem Huberovy podnikavosti a všestrannosti je skutečnost, že koncem 90. let 16. století otevřel soukromou školu pro děti šlechticů a zámožných měšťanů, v níž se vyučovalo česky, latinsky a německy. Největšího rozkvětu tato škola dosáhla kolem roku 1600, kdy v jejím vedení stanul rektor, vynikající pedagog Kašpar Dornavius. Ve svém spisu z roku 1601 zaznamenal ukázky z učební osnovy a popsal postup výroční zkoušky. Roku 1600 pořádali chovanci Huberovy školy po dohodě Adama Hubera s universitními mistry v Rečkově koleji Frishllinovu komedii *Susanna*.³⁸⁴

Dalším Huberovým zájmem bylo podnikání, konkrétně se jednalo o hospodářské odvětví pivovarnictví. Adam Huber úspěšně vařil pivo a roku 1605 koupil na Poříčí Sykterovský pivovar.³⁸⁵

Vzhledem k bezúhonné pověsti byl oblíbeným a vyhledávaným lékařem. Po smrti Tadeáše Hájka z Hájku se mu dostalo té pocty, že byl samotným Rudolfem II. povolán na jeho místo, tedy na císařův dvůr jako jeho osobní lékař.³⁸⁶ Již v době prvního sňatku Adama Hubera mu byl císařem udělen erb a přídomek z Riesenpachu.³⁸⁷

Po svém návratu do Prahy a zpět na profesorskou stolicí se Huber aktivně zapojoval i do politického dění a především pak i do boje za náboženskou svobodu. Nejspíš na tom měly veliký podíl jeho styky s významnými osobnostmi politického života. Mezi jeho přátele patřili takové osobnosti, jako byli Václav Budovec z Budova, Petr Vok z Rožmberka, Konrád Rittershusius, Tomáš Mitis, Václav Vlaverinus, Šimon Skála z Kolince, David Crinitus, Jan Rosatius, Jiří Carolides a Matyáš Borbonius.³⁸⁸

³⁸³M. BENEŠOVÁ-V. NĚMEČEK, *Adam Huber Meziříčský* 12, s.5.

³⁸⁴A. TRUHLÁŘ – K. HRDINA – J. HEJNIC – J. MARTÍNEK, *Rukověť*, s. 365-366.

³⁸⁵Na pivovarnickou činnost Adama Hubera narážel ve své básni Pavel z Jizbice: *Periculorum poeticorum partes tres* z roku 1602, č. II 26.

³⁸⁶Skutečnost, že by Tadeáš Hájek z Hájku byl skutečně přímo osobním lékařem Rudolfa II., se nikdy neprokázala, víme pouze, že na jeho dvoře opravdu působil, ale v jaké funkci přesně nelze s jistotou říct.

³⁸⁷Erb a přídomek z Riesenpachu dostal majestátem z 10. srpna 1578. VINAŘ ve svých *Obrazech z dějin minulosti* ale zmiňuje rok 1585.

³⁸⁸A. TRUHLÁŘ – K. HRDINA – J. HEJNIC – J. MARTÍNEK, *Rukověť* s. 366.

Jeho dětství a dospívání bylo ovlivněno luteránskou výchovou, ale v dospělosti ho stejně tak ovlivnila mnohá přátelství k lidem, vyznávajícím protestantské názory Jednoty bratrské. Mezi ně patřili Daniel Adam z Veleslavína a Václav Budovec z Budova. Nejspíš tato úzká spojení měla zásadní podíl na tom, že se Huber stal nikodemitou, tedy tajným posluchačem Jednoty bratrské. Roku 1609 byl zvolen zástupcem Nového Města pražského na sněm, kde se podle slibu císaře měla projednávat žádost protestantských stavů.³⁸⁹ Když pak císař žádost stavů na radu svých katolických rádčů odmítl, byl Adam Huber ještě s jinými vyslán k uherským stavům. Majestát³⁹⁰, ač vynucený na císaři, vešel v platnost 9. července 1609 a měl deklarovat svobodnou náboženského vyznání. Tím pak byla vydána českým stavům konzistoř i vysoká škola a zároveň jim bylo přiručeno právo, aby ze svého středu zvolili 24 defensorů na obhajobu obou jmenovaných ústavů.³⁹¹

Podle zpráv, jež uvádí Winter, nebylo možné očekávat nějaké zásadní zlepšení stavu vysoké školy, a to především z důvodu jejich neschopnosti se dohodnout a učinit radikální kroky ke změnám na univerzitě. Po dlouhých poradách a dohadováních byly jednotlivým profesorům přiřazeny jednotlivé obory. Adamu Huberovi připadla logicky medicína, Janu Matyáši Sudecioví bylo svěřeno právo. Byly tedy dvě fakulty, lékařská a právnická, které měly určeno po jednom profesoru pro všechny předměty. Nicméně ani tento posun neznamenal, že fakulty právnická a lékařská byly skutečně zřízeny. Když mistři artistické fakulty volili děkana, nepozvali ani Hubera, ani Sudecia, a tento fakt odůvodnili skutečností, že oba jmenovaní jsou z jiných fakult. Pravý důvod byl, že se mistři nechtěli dělit o svůj důchod s dalšími lidmi. To Huberovi nevadilo, byl finančně zajištěný z lékařského a vydavatelského platu, nicméně Sudecia to těžce postihlo.³⁹² Po vynuceném přijetí Majestátu na svobodu víry a přijetí České konfese, bylo tedy získáno svolení k dosazování dolní konzistoře, k vedení správy univerzity a k volbě defensorů. Defensoři byli zvoleni rovným počtem ze stavu panského, městského a rytířského. Stavům byly zaslány dva návrhy na reformu učení na Karlově univerzitě. Jeden byl od Adama Zálužanského ze Zálužan, druhý od profesorského sboru. Oba se staly základem porad zvláštní komise, ve které zasedali Adam Huber, Adam Zálužanský, Václav Collidius z Doubravičan a Petr Macer z Letošic. Tito komisaři společně s profesory prošli společně všechny majestáty a privilegia udělená

³⁸⁹K problematice sněmu z roku 1609 Jaroslav ČECHURA, *5.5.1609 - zlom v nejdelším sněmu českých dějin: generální zkouška stavovského povstání*, Praha 2009.

³⁹⁰Tématem Majestátu se zabýval Jiří JUST, *9.7.1609 - Rudolfův Majestát: světla a stíny náboženské svobody*, Praha 2009.

³⁹¹Z. WINTER, *Děje vysokých škol*, s. 85.

³⁹²Josef VINAŘ, *Obrazy z minulosti českého lékařství*, Praha 1959, s. 107-108.

univerzitě, vyšetřili všechny nadace a důchody univerzity i jednotlivých kolejí, prohlédli knihovnu a prozkoumali oba dodané plány. Po deseti dnech bylo rozhodnuto, že profesori budou dosazováni ne již z pouhé vůle kolegiátů, ale s povolením a mocí defensorů, že kancelářský úřad má být spojen s rektorským úřadem.

V té době bylo již Huberovi sedmdesát let a svou funkci rektora vykonával se zápal mladého muže. V této pozici se mu vyplatily jeho kladné dřívější styky s akademií a hlavně zkušenosti, které načerpal během svých výchovateckých a školských aktivit. Jednak to byl zmíněný sepsaný řád pro velkomeziříčské gymnázium, řízení vlastní školy a také funkce inspektora, kterou vykonával v osadě sv. Petra. Ačkoli jeho reformní snahy, o které usiloval, narážely na odpor u konzervativních kruhů, podařilo se mu zavést pevný řád do univerzitních přednášek, čímž stoupla jejich úroveň. Současně si prosadil přijetí kvalitních profesorů, jakými byli Mikuláš Albert z Kaménka a Jan Matyáš ze Sudetu.³⁹³

Roku 1610 byl učiněn pokus o obnovení zaniklých fakult a vyhotoven seznam těch, kteří by na nich mohli učit. Bylo zrušeno nařízení, že vyučovat mohou pouze profesori, dodržující celibát. Huber ve snaze zlepšit zdravotnickou úroveň v Praze a pozvednout zašlou slávu lékařské fakulty se nabídl, že bude sám bezplatně přednášet.³⁹⁴ 11. ledna 1612 měl zahajovací řeč o „umění nejvznešenějším a všemu pokolení lidskému nejužitečnějším, totiž o medicíně.“ Je vhodné zde ocitovat část jeho proslovu: „Já tedy z lásky vlastenecké přednáškám medicínským vrácen, když akademický zákon o celibátu urozenými a opatrnými pány defensory byl zrušen, břímě na bedra svá vložené milerád jsem přijal, abych nauky lékařské podle spisů Hippokratových, Gallénových a jiných starých, jakož i Leonharda Fuchsiových, doktora medicíny a druhdy profesora na univerzitě Tübingenské slovutného, veleužitečné vykládal, hodlají vyvoditi raději z dýmu světlo, než ze světla dým...“³⁹⁵

Roku 1612 na sv. Havla byl Huber zvolen do funkce rektora univerzity a v tomto úřadu setrval až do sv. Jiří roku 1613. K ruce mu bylo přiděleno šest konsiliářů, z toho pět Čechů a jeden cizinec, který se jmenoval Gebhardus, byl doktorem medicíny, specializovaným na chirurgii, a současně rektor školy u svatého Salvatora na Starém Městě. Huber se často ujímal slova na radách mistrů a mohl se spolehnout na zastání z řad defensorů. V roce 1612 byl schválen nový způsob v organizování fakult. Dne 2. ledna měl sám Huber již zmiňovanou inaugurační přednášku, kde mimo jiné slíbil, že bude přednášet medicínu podle

³⁹³A. TRUHLÁŘ – K. HRDINA – J. HEJNÍČEK – J. MARTÍNEK, *Rukověť*, s.366.

³⁹⁴M. BENEŠOVÁ – V. NĚMEČEK, *Adam Huber Meziříčský*, s.9.

³⁹⁵TAMTÉŽ, s.9.

Fuchsia (profesora v Tübingen). Po zahajovací přednášce pozval Huber filosofické defensory na bohatou snídani, kterou sám zaplatil. Winter trefně poznamenává, že Adam Huber byl profesor, kterého museli defensoři zbožňovat, protože neměl vysokou výplatu a přesto za ostatní platil.³⁹⁶

Vše nasvědčovalo tomu, že se situace na pražské univerzitě vyvíjí zdárně, a že se obnoví nebo dokonce povznese její dřívější úroveň. Tento slibný vývoj však neměl mít dlouhého trvání. V roce 1613 totiž udeřila morová rána a valnou část akademické obce v podobě těch nejlepších profesorů rozehnala.³⁹⁷

Přestože měl Huber mezi profesory skvělé postavení, byl vážen a uznáván, jak pro své schopnosti v lékařském oboru, tak i pro neutuchající snahy o zlepšení situace na univerzitě, byly jeho pokusy o reformu stále oddalovány a on nebyl spokojen s tak pomalým vývojem a jen nepatrným pokrokem vpřed. Nový děkanský i rektorský řád mu připadal jen jako poloviční vítězství za veškeré snahy, nebyl spokojen ani s učebním řádem. Nakonec musel sám zkonstatovat, že staré je zničeno a ztraceno v nenávratnu a nové to nedokáže ani zdaleka nahradit. Proto se rozhodl věnovat opět více pozornosti a energie své škole u sv. Jindřicha, ačkoli na univerzitu přesto nezapomněl. V té době jej zastihla osobní tragédie v podobě vážné nemoci jeho syna Jana, který byl předurčen jít ve šlépějích svého otce. Již v roce 1601 zemřel Adamu Huberovi syn Benjamin, ještě jako nemluvně a příštího roku, 20. března 1602 pochoval svého druhého syna Daniela, kterému bylo sedm let.³⁹⁸

Značně vysílený a vším stresem unavený Adam Huber onemocněl a téměř ztratil řeč. Nejčastěji se uvádí záchvat mrtvice, která ho ochromila na řeči. Zvažoval abdikaci z rektorského úřadu, ale dal na prosby svých přátel a kolegů a ve funkci titulárně zůstal až do sv. Jiří 1613, tedy do 24. dubna. Poté se vzdal akademického úřadu. Navzdory značně zeslabenému stavu stále doufal v uzdravení a ohlásil dokonce svou přednášku v letním semestru, i když s poznámkou, dovolí-li mu to jeho zdraví (si per valitudinae licebit). Víra v uzdravení se však ukázala být lichá. Adam Huber zemřel 23. července 1613 ve věku sedmašedesáti let. Byl mu uspořádán veliký pohřeb, na který přišlo jeho památku uctít velké množství lidí, především z řad akademiků a šlechticů. Pochován byl u kostela sv. Jindřicha.³⁹⁹

Svou závěť Huber sepsal 10. srpna 1609, jako dědice označil svou manželku, syna Jana a dceru Kateřinu, která se později vdala za Vojtěcha mladšího Koutského z Jenštejna.

³⁹⁶Z. WINTER, *Děje vysokých škol*, s. 85.

³⁹⁷J. VINAŘ, *Obrazy*, s. 108.

³⁹⁸A. TRUHLÁŘ – K. HRDINA – J. HEJNIC – J. MARTÍNEK, *Rukověť*, s. 366.

³⁹⁹M. BENEŠOVÁ – V. NĚMEČEK, *Adam Huber Meziříčský*, s. 5.

Vdova Anna odešla roku 1628 z náboženských důvodů z vlasti a žila ještě roku 1637 v Pirně⁴⁰⁰, kde žila se svými vnoučaty, sirotky, které po sobě zanechala její dcera Kateřina.⁴⁰¹

Adam Huber se již za svého života i po své smrti dočkal řady děl, v nichž o něm psali a věnovali mu vzpomínku jeho přátelé, kolegové i žáci. Pro ukázkou mohu jmenovat tato: Linhart Albertus mu věnoval svůj rukopisně napsaný spis *Dialogus* z roku 1602, dále se o Huberovi pochvalně zmiňuje u příležitosti volby nového rektora 17. října 1612 také Prokop Poeonius ve spise *Miscellanea* (1613). Svá díla mu dále připsali Jan Žák a jeho *Bohemadiorudimenta* (1610) a Konrád Rittershusius v díle *Hymnus* (1613). Rukopisně se zachovalo oznámení, které o Huberově smrti napsal Mikuláš Troilus, podle něhož v době úmrtí mělo být Adamu Huberovi 72 let, což se neshoduje s údaji nebožtíkova křtu a i nejčastěji uváděnými daty narození i úmrtí. Na Huberův pohřeb pozval profesory a studenty Julius Šlik z Pasaunu.⁴⁰² Na Huberův život ve svém díle také zavzpomínal Mistr Jan Campanus ve svém spisu z roku 1613 *Funebria*, kde zmínil Huberovu nespokojenost s nedokonalou reformou akademie.⁴⁰³

Úmrtí této významné osobnosti univerzity ukončilo naděje na slibný vývoj lékařské fakulty. Náhrady v podobě stejně zainteresované a vážené osobnosti se univerzita nedočkala. Lékařská fakulta, sotva znovu povstala, opět zanikla. Huberovo místo na univerzitě zůstalo neobsazeno, protože plat profesorů byl tak malý, že jej mohl zastávat pouze hmotně zajištěný člověk, který nebyl odkázán na plat univerzity. Po smrti Hubera tedy opět zanikla lékařská fakulta a učení na Karlově univerzitě postupně upadalo, až bylo po bělohorské bitvě předáno pod správu jezuitům.

9.1. Literární činnost a odkaz Adama Hubera

Přestože lékařská a pedagogická činnost Huberovi zabírala velkou část času, věnoval se značnou měrou i činnosti literární. K jeho prvotině lze řadit gramatickou knížku, kterou

⁴⁰⁰K tématice exulantů v Pirně viz Lenka BOBKOVÁ, *Exulanti z Prahy a severozápadních Čech v Pirně v letech 1621-1639*, Praha 1999.

⁴⁰¹Antonín TRUHLÁŘ – Karel HRDINA – Josef HEJNIC – Jan MARTÍNEK, *Rukověť humanistického básnictví v Čechách a na Moravě I–V*, Praha 1966–2011, zde 1996,2, s.366.

⁴⁰²Budoucí nástupce ve funkci rektora UK, do funkce nastoupil roku 1613.

⁴⁰³TAMTÉŽ, s.367.

vydal hned po skončení studií na wittenberské univerzitě, krátce poté, co byl graduován na mistra. Později se však již věnoval především lékařské tematice. Jedná se o jeho spisy, které vydával od poloviny 80. let do poloviny 90. let 16. století společně se svým přítelem Danielem Adamem z Veleslavína. Společně vydávali jak originální, vlastní díla, tak i překlady jiných autorů s drobnými zásahy do původního konceptu.

Prvním z nich je překlad díla dánského hraběte Jindřicha Rantzovia, vydaný roku 1587 s obširným názvem a věnováním Václavu Budovcovi z Budova. Ve zkrácené formě se pro dílo užívá názvu *Regiment zdraví*. Vzhledem k jednomu z pojednávaných témat překladu, zabývajícího se jídlom a stravováním, dovoluji si *Regimentu zdraví* vyčlenit samostatnou podkapitolu, podrobněji o něm tedy bude pojednáno později.

Kromě medicíny se Huber, stejně jako mnoho jeho současníků lékařů, zabýval astronomií. Za svého života vydal několik minucí a kalendářů, které se od sebe lišily nejen formátem, ale i obsahem. Minuce vycházely každým rokem v 16ti listové formě od 6- 12 archů. Kalendáře byly vydávány ve velikosti kvartu od 3 do 9 archů. Proti minucím byl jejich obsah nepoměrně chudší.⁴⁰⁴

V minuci se vysvětloval počet let i znamení a charakter planet. Dále následoval kalendář pro každý měsíc, uváděný vždy zvláštní vignetou, někdy i s krátkými, dvouřádkovými verši, jak se má člověk chovat v tom každém měsíci... Dále se postupně vysvětlovalo, pod kterým aspektem je dobře nebo zle něco začínat, kdy se má podle fáze měsíce pouštět žilou a to lidem "vodokrevným, kalostudeným, pěnohorkým a krevním". V další části minucí je obvykle pranostika s předmluvou nebo obširným věnováním často zajímavého obsahu. Dále se rozebírá panování planet, zatmění Slunce a Měsíce, jaké bude povětrí, úroda, nemoci a mory, války a jaká bude celkově budoucnost mezi křesťany, ale i Turky a Židy, v různých královstvích a hlavně pak v Čechách a na Moravě. Na konci minucí jsou rozebrány povětrnostní podmínky v každém měsíci podle čtvrti měsíce. Od roku 1565 se ke každé minuci přidávaly i praktické informace, jako byl například seznam výročních trhů ve městech.

Kalendáře byly, jak jsem již nastínila, podstatně chudší. Kromě počtu let, naučení o pouštění krve a zpráv o počasí obsahují pouze obyčejné položení dnů v roce a málokdy mívají předmluvu nebo krátký přepis o spisovateli. Někdy v nich můžeme nalézt i zvláštní

⁴⁰⁴TAMTÉŽ, s. 367.

zprávy k určitým dnům. Existovaly tzv. kalendáře „k psaní“, které u každého měsíce nechávaly vždy čistý list papíru, aby si tam člověk mohl zapsat nějaké poznámky či paměti.⁴⁰⁵ Adam Huber vydal několik minucí. V roce 1589 to byla minuce, kterou věnoval Hynkovi Brtnickému z Valdštejna, hejtmanovi a nejvyššímu sudímu moravského markrabství.⁴⁰⁶ O rok později vydal *Kalendář hvězdářský*, který věnoval Petrovi Vokovi z Rožmberka. Roku 1612, když vykonával úřad rektora Univerzity Karlovy, vypracoval zvláštní univerzitní kalendář. Jako zajímavost je dobré zmínit, že ve svých kalendářích Huber nikdy neopomněl zvýraznit den 6. července jako den památky na Mistra Jana Husa, navzdory tomu, že Petr Kodice tento den ve svém kalendáři z roku 1858 vypustil úplně.⁴⁰⁷ Poslední jeho, bohužel nedochovanou práci, bylo podle svědectví Adama Rosacia *Calendarium Boemicum* na rok 1613, do něhož pojal Kutnohorský dekret z roku 1409, nikoli však v latinské formě, nýbrž v češtině.⁴⁰⁸

V roce 1596 vydal Huber společně s Danielem Adamem z Veleslavína nové vydání Matthioliho českého herbáře, protože předešlé vydání Tadeáše Hájka z Hájku z roku 1562 bylo již rozprodáno. Nebylo možné dotisknout to samé znovu, protože Ondřej Matthioli si do Tyrol odvezl všechny dřevoryty, aby je mohl použít pro vydání herbáře v dalších jazycích. Herbář se již tiskl latinsky a německy, a proto si Huber s Veleslavínem pospíšili a vyžádali dřevoryty z Frankfurtu. Vycházeli i z německého překladu, zhotoveného Jiřím Hadschem. S novým názvem: *Herbář aneb Bylinář vysoce vznešeného a učeného pána Petra Ondřeje Matthiola, nyní zase přehlédnutý a mnohými pěknými figurami, též i užitečnými lékařstvími s obzvláštní pilností rozhojněný a spravený skrze Joachima Kameraria*⁴⁰⁹ v slavném městě Norimberce, lékaře a doktora z německého jazyka v český přeložený. Herbář srovnali a doplnili jej o přidané druhy českých květín a bylin. Dodatky, které doplňoval Huber, jsou označeny křížkem.

Ještě před vydáním tohoto *Herbáře* vyšla jiná kniha, která byla v podstatě menším výtahem, nazvaným *Apatéka domácí*, která byla mezi čtenáři rozšířenější než obsáhlé dílo a dočkala se celkem tří vydání, posledního roku 1620. Jedná se v podstatě o stručný výtah Kamerariova Herbáře, který vyšel pod zcela jiným názvem, a to: „*Apatéka domácí*, v kteréž

⁴⁰⁵František Palacký, *O pranostikách a kalendářích českých XVI. stol.*, časopis českého muzea, 1829.

⁴⁰⁶František Václav JURKA, *O školách meziříčských na sklonku XVI. stol.*, Časopis Národ a škola, 1887.

⁴⁰⁷František Václav JURKA, *Památka Husova ve starých minucích a kalendářích*, Květy, 1887.

⁴⁰⁸A. TRUHLÁŘ – K. HRDINA – J. HEJNIC – J. MARTÍNEK, *Rukověť*, s.366.

⁴⁰⁹Narozen v Norimberku 6. Listopadu 1534, studoval ve Wittenbergu, v Lipsku, Padově a v Bologni získal roku 1562 doktorát lékařství. Po návratu provozoval lékařskou praxi ve svém rodném městě, založil tam Collegium Medicum a byl jeho děkanem až do své smrti. Zemřel v roce 1598. Jeho spisy: *Hortus medicus et philosophicus*, *Problemata*, *Epistolae de rustica*. Doplnil Matthioliho Herbář.

se zaváří a vypisují rozličná lékařství snadná k přistrojení, proti všelikým neduhům těla lidského, i audů jeho od hlavy až do noh, vnitřním i zevnitřním: i také některým nedostatkům Hovadským a jiným věcem k Hospodářství náležejícím. Z německého Herbáře Doktora Petra Ondřeje Matthiola sebraná a nyní v jazyku českém vůbec vydaná od D. Adama Hubera z Rysenbachu a Mistra Daniela Adama Veleslavína. Léta Páně MDXCV."⁴¹⁰

Nutno podotknout, že kromě Huberovy první práce, zabývající se gramatikou, psanou v latině, všechny ostatní spisy, ať vlastní nebo převzaté, vždy publikoval ve svém rodném jazyce, tedy v češtině. Význam používání češtiny vždy zdůrazňoval a propagoval. Vyplývá to i z věnování Václavu Budovci z Budova v *Regimentu zdraví*: "také jazyk český k jiným připojiti a majíce na sobě povinnost vyřizování věcí českých při vyšším právě, k němuž se odvolání od soudů městských v království Českém berou, české knihy o věcech užitečných a platných čítati ráčili!"⁴¹¹

9.2. Regiment zdraví v překladu od Adama Hubera z Riesenpachu

Nyní zaměřím pozornost na Huberovo překladatelské dílo, které se svým obsahem hodí k tématu této práce a proto mu vyčleňuji samostatnou podkapitolu. Jedná se o překlad díla dánského hraběte Jindřicha Rantzovia,⁴¹² vydaný roku 1587 s obširným názvem a věnováním Václavu Budovci z Budova. V předmluvě Huber uvádí: „šestero předních a hlavních příčin pro kteréžto každý jeden člověk povinen je bedlivě a pilně anobř po duši u nejvýše těla svého šetřiti a zdraví své opatrovati". Kniha čítá na 55 kapitol a pojednává o "zachování dobrého zdraví a kterak by to jak před nemocí chráněno, tak po nemoci napraveno býti mohlo."⁴¹³ Jedná se o překlad, a tak *Regiment zdraví* společně s novým jazykem dostal i nový název, a sice: „Regiment zdraví. Správa užitečná obsahující v sobě potřebná naučení / jak by člověk tělo své při dobrém způsobu zdraví zachovati / a před mnohými neduhy obhajovati a opatrovati měl. Od Henrycha Rantzowia rytíře, k vlastní potřebě synům jeho / řeči Latinské sepsaná. Nyní pak pro obecný užitek v jazyk český přeložená, a vydaná od Adama Hubera z Risenpachu / v Umění Lékařském Doktora. Nazad přidání jsou Versus scholae Salernitane, Rythmy českými prostě vyloženi. M.D.LXXXVII.“ Rub titulního listu je prázdný. Ve vnějších

⁴¹⁰Josef VINAŘ, *Obrazy z minulosti českého lékařství*, Praha 1959, s. 111.

⁴¹¹M. BENEŠOVÁ-V. NĚMEČEK, *Adam Huber Meziříčský*, s.8.

⁴¹²Henrych Rantzov, dánský státník a učenec žijící v letech 1526-1598.

⁴¹³TAMTÉŽ, s.5.

horních rozích nalezneme arabské číslování. Český text je tištěn gotikou, latinský antikvou. Titulní strana je vysázena černě a červeně. Překlad je poměrně volný, jsou na něm znát také překladatelovy zkušenosti. V originálním znění je název spisu *De conservanda valetudine liber*.⁴¹⁴

Tisk vyšel na čtyři sta devatenácti stranách. Obsahově spis začíná dedikační předmluvou, věnovanou Václavu Budovci z Budova, uvedenou slovy: „Urozenému a statečnému rytíři..., Dan v Praze den S. Wíta...15. Iuní, Léta posledního věku M.D.LXXXVII". „D. Adam Huberus z Risenpachu".

Předmluva je autorským dílem samotného Hubera a má výpovědní hodnotu hlavně z toho důvodu, že zrcadlí autorovy osobní názory. Předmluva je shrnutá do pěti tzv. příčin, které tu pro ilustraci jeho spisovatelského stylu vyjmenuji.

"První tedy jest,...abychom těla svá opatrovali a zdraví jejich chránili - abychom netoliko bližním svým na těle a na zdraví neubližovali, ale také i o své vlastní zdraví pečovali, požívající k tomu všech nařízených prostředkův, jimiž se tělo naše posiluje a celosti zachovává a na odpor vyhýbající se s pilností tomu všemu, což by mu jakýmkoliv způsobem škoditi mohlo. – Synu můj, pilně znameney, co by sloužilo k zdraví těla tvého a což by škodilo zdraví tvému, neužívej toho. Nebo ne všecko všechněm zdravé jest, také ne každý každou krmi sobě libuje. Nepřeplňuj se všelikými pokrmy lahodnými a nejez lakotně...mnozí se obžerstvím o hrdlo připravili, ale kdož se střídě chová, dlouho živ bude. – To krátce dotknuto buď o první příčině."⁴¹⁵

„Považme o druhé příčině toho, také- li jest tělo lidské hodno, aby bedlivě chráněno a chováno bylo: Nebo jedna každá věc vedle přirozené podstaty a povahy své má mnoho aneb málo vážena i ostříhána býti. jako mezi kovy zemskými nejvzácnější jest zlato pro největší čistotu a dokonalost a mezi kamením perly jsou nejznamenitější - pročez pro ně lidé dnem i nocí dychtí a za nejdražší poklady sobě pokládají. Týmž způsobem i Pán Bůh tělo lidské nad všeliká jiná těla, která jaký život v sobě mají, zvelebil a oslavil...A protož i pohané moudřejší poznávše takovou slávu a důstojnost těla lidského z častého spatřování a zpytování jeho, aby

⁴¹⁴O tomto regimentu J. J. Hanuš soudil, že je to nejstřízlivější kniha ze všech zdravotních spisů 16. století. Ve vlastním popisu tisku reflektoval pouze titul, obsahové rozvržení a část předmluvy, ze které doslovně odcitoval obsáhlou pasáž. Přestože nerozebírá obsah, neuniklo mu, že text výjimečně důrazně prosazuje tělocvik. Viz Ignác. Jan HANUŠ, *O české literatuře zdravotědyv šestnáctém století*, časopis muzea království českého 37, 1863, s. 348.

⁴¹⁵P. KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia*, s. 31–32.

jiné k témuž zbudili, na veřejích chrámu Apollnona zlatými literami tato slova napsati dali: Nosce te ipsum, to jest, znej sebe sama".⁴¹⁶

„Třetí příčina proč bychom pilni býti měla zdraví těla našho vedle předešlých také dosti mocná jest, že tělo a zdraví jeho, není naše vlastní věc, ale toliko k důvěrnému chování a ostříhání nám od Boha dáno jest s jistým vyměřením pokud a jak bychom ho užívati měli...Pročež i my hled'me...tělo i zdraví jeho, nám toliko k náležitému užívání do času propůjčené a svěčené, pokud nejvýše možné v celosti zachovávat, a o to, aby na něm nedbálností a nešetrností naší nic nesešlo, skutečně se snažovati a pracovati."⁴¹⁷

Čtvrtá napomíná a nutí nás k té bedlivosti a péči i vlastní nouze a potřeba naše. Nebo bez slušného opatrování a ochrany nemůže tělo při dobrém způsobu svém dlouho a stále zůstat. Ale jakož i nejtvrdší železo a všichni živelní tvorové nedbálností a nešetrností hynou, tak i člověk, byť pak měl sílu Samsonovu, v nemoci upadá, když sám svého těla nešetří a neopatruje před těmi věcmi, od kterýchž ono ku proměně a ourazu přichází. A skrze nešetrnost těla a nechování jeho častokrát dědičné nemoci v ukrutnosti své tak se posilují, že potom ani od rodičů ani od dětí jejich odehnat se nedají, aby pak i sám Hippokrates nebo Galenus vši svou mocí a uměním lékařským proti nim se vysadili a snažili.- A protož kdož sobě neváží a neopatruje svého těla, ten sobě ku přirozenému trápení vlastní svou vinou těžkosti a bídy přidává, nemoci sobě ponouká a život svůj před časem k smrti svévolně přivodí...⁴¹⁸

„Za páté: ...pročež i k tomu nařídil, aby všechna Oeconomia nebeská a zemská, i ta nejmenší bylinka, zvláštní moc měla k utvrzování a napravování lidského zdraví, kterouž on lidem skrze prostředky poznávati dává."⁴¹⁹

Naposledy i proto máme býti následovníci a opatrovníci dobrého zdraví, že jakž napsal Martialis, non vivere, sed valere vita est. Život jest ne jakžkoli živu býti, ale na zdraví dobře se míti. Syrach také o tom pověděl: Lepší je smrt nežli ustavičná nemoc. A vždycky snáze bývá nepřítele do města nepusštět, nežli z města ho vyběti a vyhnati. Ale takový život

⁴¹⁶P. KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia*, s. 33–37.

⁴¹⁷P. KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia*, s. 37.

⁴¹⁸Tamtéž, s. 37–39.

⁴¹⁹Tamtéž, s. 39–41.

potřebuje náležitého opatrování, kteréhož kdož se neujímá, ten snadno v nebezpečnosti smrti, by pak i trápě se dýchal, upadá..."⁴²⁰

Po překladatelově předmluvě následuje otištěný titul a dále postupně kapitoly, o nichž se zmíním později podrobně. Závěr je vytištěn na straně 295, po něm pokračuje druhá část, jež byla přidána až v českém překladu. Druhá část nese označení: *SCHOLAE SALERNITANAE DE CONSERVANDA BONA VALETUDINE, Libellus scriptus ad Regem Angliae. Knížka o zachování dobrého zdraví psaná Latinskými verši k Králi anglickému / a nyní v rytmy české sprostně přeložená. Léta Páně M.D.LXXXVII.* Verše jsou nadepsané latinsky, a následně se můžeme dočíst i jejich českého překladu.

Regiment zdraví je koncipován jako traktat, čítající pětadesát kapitol. Vlastnímu textu předchází již zmiňovaná dedikační předmluva, která je tematicky rozdělena na dvě části: první tvoří výklad tělesného zdraví a lékařského umění, druhá informuje o původním autorovi spisu. Jím byl Henrych Rantzovius, místodržící v Holštýnsku. Knihu pojmenoval latinsky *De conservanda valetudine liber*. Adam Huber je na podnět Václava Budovce z Budova vyzván, aby spis přeložil do češtiny, jak si můžeme přečíst: „o zachování dobrého zdraví nemnoho se českých spisů a knih nachází: kromě rozmlouvání obšírného Doktora Jana Koppa z Raumentalu, kteréž již také časem z paměti téměř lidem vyšlo a jako z rukou vypadlo". Je tedy jasné, že Spis o životosprávě Jana Koppa z Raumentalu mu byl dobře známý, ale jak dále přiznává, kromě něj v českých zemích neexistuje podobně zaměřené dílo.

Kniha podávala v poměrně čtivé a přehledné formě návody na udržení a zachování zdraví. Každý si mohl snadno vyhledat téma, které ho zajímalo, a se kterým potřeboval poradit. Proto se český překlad původního dánského textu stal velmi oblíbeným a vyhledávaným. Adam Huber do něj vnesl i nové pasáže, jako byly latinské verše životosprávního kodexu salernské školy s Veleslavínovým překladem. O zájmu o toto dílo i v pozdější době svědčí jeho vydání v edici roku 1786 F. F. Procházkou s názvem *Vejtah z Regimentu zdraví*. Z původního textu vyškrtl ty pasáže, které byly již v rozporu s osvícenskými názory. Jednalo se především o léčitelské pověry nebo vliv konstelace hvězd na léčebný proces.⁴²¹

Adam Huber svým překladem dokázal, že je nejen odborníkem ve svém oboru, ale zároveň i schopným tlumočníkem. Jeho překlad je nenásilný a plynulý, sloh prostý, ale

⁴²⁰M. BENEŠOVÁ–V. NĚMEČEK, *Adam Huber Meziříčský*, s 6-7. V *Edici Regimentu zdraví*, vydané roku 1980 Pavlem Kucharským je tato předmluva poněkud delší a podrobnější. Vypsaná ukázka podává nejpodstatnější momenty z předmluvy A.H. z Riesenbachu.

⁴²¹Vladimír FORST, *Lexikon české literatury: osobnosti, díla, instituce* 2, Praha 1985–2008, zde 1993, s. 350.

poutavý, řeč správná a výrazy nejsou násilně skládány jeden za druhým, a tak čtenář ani nepozná, že se nejedná o původní dílo, ale o překlad.

I. Kapitola se zabývá příčinami narušení zdraví a záhubami lidského těla. V II. kapitole jsou obecně naznačeny vhodné životní strategie ve vztahu k nebeským tělesům a je zdůrazněna role hříchu, pravidelné příčiny nemoci. III. Kapitola definuje stav zdraví. V IV.-V. Kapitole začínají samotné *res naturales*, počínaje pojednáním o povětrí, vodě a ohni. VII. Kapitola se zabývá jídlem a pokrmy obecně, té se budu věnovat podrobněji o několik řádků níže. VIII. Kapitola plynule navazuje pojednáním o pití a nápojích. Zde je největší pozornost věnována vínu a pivu, které mezi nápoji dominují, neboť jsou pro zdraví prospěšné a doporučitelné. IX. kapitola řeší vhodné způsoby tělesných cvičení. X. kapitola se naopak zabývá vhodnými způsoby odpočinku a relaxace. V XI. kapitole je pozornost věnována kvalitnímu spánku a vyzdvihuje i význam snu jako předpověď skutečné události. XII. kapitola navazuje tématem bdění. Od kapitoly XIII. až do XXII. se můžeme dočíst o způsobech vyčištění a vyprázdnění těla, v tom jsou zahrnuty metody pouštění krve, projímadla (*purgace*) i klystýry, dávení, močení a pocení, ale je zde obsaženo i téma lázeňství a pohlavního života. Zde si můžeme všimnout rozdílu v chronologii *res naturales* od Jana Koppa v jeho *Gruntovním a dokonalém regimentu zdraví*, ten pohlavní život a následně lázeň řadí k oblasti *affectus animi*. Kapitoly XXIII. a XXIV. zmiňují důležitost zdrženlivosti od jídla. Následující XXV. kapitola uzavírá dlouhé téma *res naturales* výkladem o hnutí a náruživosti mysli. XXVI. kapitolou začínají výklady vhodných režimů chování během jednoho dne, noci, měsíce, čtvrtletí a roku. Toto téma je rozpracované v dlouhé pasáží v následujících kapitolách a je napojeno až dalším v XXXV. kapitole, kde si můžeme přečíst rozbor periodizace lidského života a nástinem kritických dnů a roků. XXXVI. přináší praktický stručný regiment chování na cesty. V XXXVII. kapitole začíná rozsáhlá *materia medica*, neboli souhrn jednotlivých nemocí, neduhů a zranění s doplněnými návody jak je léčit a hojit. Toto obsáhlé téma končí až kapitolou LIII., kde nalezneme návod pro přípravu Sirupu sv. Ambrože. V předposlední, LIV. kapitole, jsou shrnuty dietetické rady přisuzované Corneliovi Celsiovi. V poslední, LV. kapitole nalezneme pouze epilog.⁴²²

Druhou část textu tvoří již zmiňované verše ze souboru *Regimina sanitatis Salernitanum*. Jedná se o sto veršovaných doporučení, za autora jejich překladu k pražskému

⁴²² Viz P. KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia*.

vydání je považován sám tiskař Daniel Adam z Veleslavína, latinská předmluva však naznačuje, že by jím mohl být Adam Huber z Riesenbachu.⁴²³

Ačkoli všechny kapitoly v Huberově překladu jsou svými tématy velmi zajímavé a lze se v nich dočíst mnoho poučných informací, upřednostním, vzhledem k tématu své práce, která je zaměřena na stravování, kapitolu z *Regimentu zdraví*, zabývající se právě rozličnými druhy pokrmů a jídlem obecně. V ní dává autor důraz na bedlivé vybírání si toho, co člověk jí, v jaké fázi dne a zda se to pro něj konkrétně vůbec hodí. Obecně poznamenává, že cokoli suchého chybí lidskému tělu, je mu dodáno formou jídla, stejně tak co mu chybí vlhkého, doplní si tekutinami. Jídlo, které člověk přijímá, podstatně ovlivňuje krev v jeho těle. Jestliže je dobré a čerstvé, krev obohatí, naopak zkažené jídlo ji zkazí.⁴²⁴

Pokrmu hned zkraje rozděluje do tří skupin, a to na tzv. subtilní, prostřední a hrubé. Subtýlní a lehké pokrmy tvoří krev subtilní. Patří k nim dobře vykrmená kuřata, vejce, pšenice a mladé vepřové maso. K prostředním pokrmům řadí jehněčí maso, dále maso telecí a skopové. Hrubé a těžké pokrmy by měli užívat ti, kteří jsou „horkého přirození“, a pracují manuálně s použitím fyzické síly. Jejich vhodnými druhy jídel jsou masité pokrmy hovězí, vepřové, zaječí, jeleni a jiná zvířina.⁴²⁵

Dále nám autor přibližuje ty skupiny jídel, které se zažívají lehce, a které hůře. Snadné k zažití jsou fíky, rozinky, sladké mandle, apich,⁴²⁶ locika,⁴²⁷ svařený ječmen, vepřové maso, kuřata, koroptve, drozdi, slepičí a ptačí vejce, ptáci a rybičky, které se rády drží v kamení a skalnatých místech. Naopak hůře se zažívají tyto druhy jídel: nekvašený chléb, bob, šošovice, cizrle, kdoule, kaštany, lískové ořechy, olivovky, okurky, zelí, houby, řepa, kozí maso, hovězí maso, jelení maso, tvrdé a klejovaté ryby, ptáci, kteří se rádi zdržují v bažinách a močálech, kachny, husy, holoubata, jeřábi, pávi a raci. Zvlášť vyjmenovává také některé části ptáků, jejich údy, krk a orgány jako játra, slezina, ledviny, žaludek, pupek a střeva a zvláštní důraz klade na sýr a to jak nový, tak i starý, čímž myslí nejspíše uleželý.

⁴²³I. J. Hanuš soudil, že Daniel Adam z Veleslavína pouze přepracoval stávající překlad salernských veršů. Viz I. J. HANUŠ, *O české literatuře zdravovědy*, s. 350, P. Kucharský konstatoval, že dosud není dobře s jistotou známo, kdo je vlastně překladatelem salernských veršů do češtiny. Viz *Regiment zdraví. Regimen sanitatis Salernitanum*, s. 15.

⁴²⁴P. KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia*, s. 64.

⁴²⁵TAMTÉŽ, s. 64.

⁴²⁶Celer

⁴²⁷Jedná se o druh salátu

Dalším zmiňovaným tématem je způsob úpravy jídel, především pak masitých pokrmů. Obecně upřednostňuje pečení před vařením. Pečením se stává maso tvrdé a horké a nabývá suchosti, čím člověku dává více potravy a síly, naopak je tomu u masa vařeného.⁴²⁸

Další pasáž o jídle je už zaměřena hlavně na obecné rady, kdy je vhodné jíst, a kdy naopak ne, v jakém množství a čeho se vyvarovat v případě nemoci. Pokud je člověk zdravý a má chuť k jídlu, nemá se zdržovat od toho, co by mu udělalo dobře. Platí pravidlo, že co se sní s chutí, dobře se také stráví. Všeho však s mírou, a i toho, co lidem chutná se má užívat v přiměřeném množství. Střídmost je na prvním místě. Že člověk nedodržel tohoto pravidla a s množstvím pokrmů či nápojů to přehnal, se pozná tak, že se mění dýchání, puls, stolice a moč. Jíst se má právě tolik, abychom znovu lehce pocítili lačnost a pít tolik, abychom po chvíli měli pocit žízně. Význam nepřiměřeného přejídání zdůraznil autor připomenutím používaného přísloví: „více lidí hyne od nesmírného žrádla, nežli od meče“. A že samo hrdlo nenasyceného člověka je matkou téměř všech nemocí a neduhů a že se pro ně a skrze ně častokráte běh života lidského častokráte přetrhuje a ukracuje". Dalším důležitým aspektem při stravování se je mít na něj klid a čas. Stejně tak podstatné je dodržet i správné pořadí, ve kterém by se jednotlivé druhy pokrmů měly jíst. Nejprve mají tedy přijít na řadu pokrmy subtilní a lehké, vlhké a k požití snadné, teprve pak tvrdé, husté a těžké pokrmy. Vhodné je prý jíst dvakrát za den, pouze staří lidé a ti, co ještě nedošli dospělého věku, mohou jíst třikrát až čtyřikrát za den. Zároveň poukazuje na to, že pravidelnost v jídle není až tak podstatná v tom smyslu, aby bylo nutné obědovat každý den ve stejnou hodinu a večeri si chystat vždy ve stejný čas. Důležitější je jíst v tu chvíli, kdy si to tělo zrovna žádá a jsou k tomu vhodné podmínky. Není dobré se do jídla nutit, když tělo ještě nestačilo strávit předešlý pokrm. Vždy je dobré jíst až v pocitu lačnosti, tedy hladu.⁴²⁹

Před pozřením je nutné krmit dobře rozžvýkat a mezi třenovými zuby dokonale rozmělnit. Po jídle je dobré vykonat lehčí procházku a teprve po vykonaném pohybu se může strážník na delší čas posadit, aby se tak usnadnilo trávení. Je také podstatné zohlednit roční období. V každém z nich se má dodržovat jisté pravidlo. V zimních měsících si tělo žádá více výživy, lepší je méně obědovat a více večeret. Mezi jídlem je dobré se trochu napít, aby člověk pokrm lépe strávil a lépe mu klouzal do krku. Naopak v čase mezi obědem a večerí je dobré se zdržet větších přísunů tekutin, což také přispívá k snazšímu trávení. Výjimkou jsou děti a nemocní, kteří mají dodržovat pravidelný pitný režim bez ohledu na dobu mezi jednotlivými

⁴²⁸TAMTÉŽ, s. 66.

⁴²⁹P. KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia*, s. 66–68.

chody. Doba mezi obědem a večeří má být ideálně šest hodin dlouhá, tolik je vyměřeno prostoru pro ideální vytrávení. V zimě je pak lepší jíst pokrmy teplé a výživné, v létě naopak chladnější a lehčí.⁴³⁰

⁴³⁰TAMTÉŽ, s. 68–69.

10. ZÁVĚR

Ve své diplomové práci jsem si dala za cíl zjistit, co se objevovalo na stole urozených pánů a dam v předbělohorské době. Nechtěla jsem však jen skončit pouhým výčtem jednotlivých pokrmů, které panstvo mělo či naopak nemělo v oblibě. Mým dalším cílem bylo zjistit, jak se na ty konzumované pokrmy dívali doboví lékaři z jejich profesionálního, zdravotního hlediska. Zajímalo mne, jestli tito, dnes bychom řekli „dietologové“, přisuzovali jednotlivým potravinám nějaký význam na zdraví či nemoc člověka.

Při tomto zjišťování jsem postupovala chronologicky, nejprve jsem zpracovávala téma stravování obecně, ne z hlediska výživy, ale právě zjištěním, co se na šlechtických dvorech konzumovalo, v jakém množství a v jaké úpravě. Při tom jsem používala dostupnou literaturu, která se tématem jídla zabývá. Jen ve velmi omezené míře v ní ale autoři zohledňují právě nutriční stránku jednotlivých pokrmů. Kapitolou o přejídání se, nazvanou jedním ze smrtelných hříchů, tedy obžerství, se snažím zdůraznit význam dodržování míry, který byl nejen pro doktory, ale také církev zásadní. Především doktoři upozorňovali na nutnost střídmosti ve všem, v jídle a pití pak samozřejmě nejdůrazněji. Kromě výčtu oblíbených a frekventovaných potravin pro ilustraci a názornost doplňuji několik vybraných ukázek dobových receptů na přípravu rozmanitých pokrmů, sebraných ze soudobých kuchařských knih.

Po určitém zasvěcení do dobového jídelníčku aritokratů předbělohorského období přistupuji k plánovanému propojení tohoto tématu s medicínou. Další kapitoly se tedy již nesou v lékařském duchu. Nejprve přibližuji dobové vnímání všeho, co mohlo zdraví strávníka ovlivnit, ať už to bylo roční období, jeho věk, pohlaví nebo povaha, vždy poukazují na to, jak tyto jednotlivé aspekty ovlivňovaly jeho stravování a potažmo i výživu. Představuji zde základní principy, jimiž se doktoři řídili, když označovali jednotlivé druhy potravin za zdravé či nezdravé. Po tomto krátkém představení již přistupuji k samotnému členění jednotlivých druhů jídel do samostatných kategorií, a každou potravinu hodnotím zvlášť. Z naprosté většiny tato hodnocení pocházejí z významného zdravotního spisu doktora Jana Koppa z Raumenthalu, z *Gruntovního a dokonalého regimentu zdraví...*, jemuž a také autorovi vyčleňuji v práci prostor v samostatných kapitolách.

Ve své práci zmiňuji i jinou dobovou zdravotní literaturu, mimo jiné další Regiment zdraví, tentokrát z „překladatelské dílny“ Adama Hubera z Riesenpachu, jemuž rovněž věnuji pozornost v samostatné kapitole. Životu Jana Koppa z Raumenthalu věnuji

značnou pozornost a prostor proto, že v naší české literatuře mnoho prostoru dosud nedostal. Nebyl o něm zatím sepsán podrobný životopis, zohledňující nejen jeho zajímavý soukromý život, ale i významný život profesní. Především pak svou literární činností posunul úroveň odborné zdravotní o stupínek výš, když sepsal skutečně podrobný a dosud nejrozsáhlejší česky psaný zdravotní spis. Ještě mnoho let po jeho vydání byl jeho následovníky nejen citován, ale i chválen a vyzdvihován v pracích podobného zaměření.

Po prostudování a sepsání všech mnou vyhledaných informací mohu jistě tvrdit, že předbělohorská doba a jistě již ta starší znala význam slova výživa. Bylo by však naivní tvrdit, že to, co lékaři a doktoři sepsali do svých medicínských příruček, urozené panstvo také vyhledávalo a plnilo. Je tomu stejně jako dnes, odbornou pomoc a radu lékaře vyhledávali až ve chvíli, kdy je trápil nějaký neduh či bolest. V porovnání kapitol, ve kterých uvádím, co urození páni rádi a hlavně nejčastěji konzumovali s těmi, ve kterých jednotlivé pokrmy rozebírám ze zdravotního a výživového hlediska, mi jasně vychází, že se urození páni neohlíželi na rady a varování doktorů. Ty druhy masa, které jsou doktory kritizovány a vysloveně zapovídány ke konzumaci, byly právě na šlechtických dvorech připravovány nejčastěji a předpisů na jejich přípravu se v kuchařských knihách vyskytovalo zdaleka nejvíce. Stejně tak doktory zavrhané postupy na přípravu jednotlivých pokrmů, jsou nejoblíbenějšími a nejvyhledávanějšími pochoutkami hodovních tabulí.

V tomto tématu lze jistě pokračovat dál, napadá mě, především díky práci s literárním druhem *regimina sanitatis* neboli regimentu zdraví, například zpracování hygienických návyků šlechticů u hodovní tabule, které by také měly jistě vliv na jejich zdraví. Dále by bylo možné rozebrat do podrobnosti stravovací návyky a hlavně doporučení doktorů starým lidem, nebo těhotným ženám. Vzhledem k omezenému prostoru pro diplomovou práci jsem specifickou kategorii zmínila jen okrajově. Námětů k podobným tématům, které by práci ještě rozšířilo by ve spise Jana Koppa z Raumenthalu bylo možné nalézt celou řadu. Já se zde, na těchto několika desítkách stranách, pokusila důsledně probrat jedno jeho dílčí téma, a tím bylo jídlo a pití, v mnou vymezeném období a pro mnou vymezenou skupinu společnosti, tedy šlechtu.

11. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A PRAMENŮ

Prameny:

Staré tisky

Nejjasnejšímu knížeti a panu / panu Ferdynandovi. Římskému Uherskému / a Českému ec, Králi / jeho Kralovské milosti ku poctivosti. A jiným všem obyvatelům Království Českého též ipříslušejícím ktémuž Království zemím / k užitku a dobrému. Gruntovní a dokonalý Regiment (...), Staré Město pražské 1536, Biskupská knihovna Litoměřice, sign. NF 13.

Vydané prameny:

- František DVORSKÝ (ed.), *Zuzana Černínová z Harasova, Dopisy české šlechtičny z polovice 17. století*, Praha, 1886.
- Zdeněk KALISTA (ed.), *Korespondence Zuzany Černínové z Harasova s jejím synem Humprechtem Janem Černínem z Chudenic*, Praha 1941.
- Bedřich Kočí (ed.), *Petr Ondřej Matthioli, Herbář*, Praha 1928.
- Milan KOPECKÝ (ed.), *Mikuláš Konáč z Hodiškova, Pravidlo lidského života*, Praha 1961.
- Pavel KUCHARSKÝ (ed.), *Regiment zdraví Henrycha Rankovia. Regiment Sanitatis Salernitatum*, Praha 1982.
- Marie KOLDINSKÁ–Petr MAŤA, (edd.), *Deník rudolfinského dvořana. Adam mladší z Valdštejna 1602–1633*, Praha 1997.
- Věra PETRÁČKOVÁ–Jaroslav PORÁK–Martin STEINER (edd.), *Petr Ondřej Matthioli, Herbář, jinak bylinář, velmi užitečný. Tadeáš Hájek z Hájku*, Praha 1982.
- Viz Zdeňka TICHÁ (ed.), *Jan Černý, Knieha lékarská, kteráž slove herbář aneb zelinář*, Praha 1981.
- Zdeňka TICHÁ (ed.), *Bavor z Hustiřan, Kuchařství, to jest knížka o rozličných krmích*, Praha 1975.
- Čeněk ZÍBRT, (ed), *Kuchařství. O rozličných krmích kterak se užitečné chuti strojiti mají, jakožto zvěřina, ptáci, ryby a jiné mnohé krmě*, Praha 1891.

Literatura:

- Josef Ritter von Aschbach, *Die Wiener Univerität und ihre Gelehrten 1520 bis 1565*, Wien 1888.
- Martina BENEŠOVÁ–Vladimír NĚMEČEK, *Adam Huber Meziříčský z Risenpachu*, in: Karel Daněk, Miloslav Matoušek, Průkopníci z Horácka, význam krajové tematiky v dějinách lékařství, Nové Město na Moravě 1962.
- Magdaléna BERANOVÁ, *Jídlo a pití za Rudolfa II*, Praha 1997.
- Magdalena BERANOVÁ, *Jídlo a pití v pravěku a ve středověku*, Praha 2011.
- Magdalena BERANOVÁ, *Zelí, cibule a česnek v kuchyni a v medicíně do konce 16. století*, Sborník Západočeského muzea v Plzni, řada Historie XVI, Plzeň 2002, s. 185–194.
- Karel BERÁNEK, *O počátcích pražské lékařské fakulty 1348–1622*, Acta Universitatis Carolinae. Historia Universitatis Carolinae Pragensis, 9, 1968.
- Lenka BOBKOVÁ, *Exulanti z Prahy a severozápadních Čech v Pirně v letech 1621–1639*, Praha 1999.
- Mirjam BOHATCOVÁ–Josef HEJNIC, *O vydavatelské činnosti Veleslavínské tiskárny 1578–1620*, Folia Historica Bohemica 9, Praha 1985, s. 291.
- Táž, *Tradiční české kuchařky: jak se vařilo před M.D. Rettigovou*, Praha, 2001.
- Táž, *Zelí, cibule a česnek v kuchyni a v medicíně do konce 16. století*, Sborník Západočeského muzea v Plzni, řada Historie XVI, Plzeň 2002, s. 185–194.
- Václav BŮŽEK–Josef HRDLIČKA, *Dvory velmožů s erbem růže, všední a sváteční dny posledních Rožmberků a pánů z Hradce*, Praha 1997.
- Václav BŮŽEK–Josef HRDLIČKA, *Rodinný život posledních pánů z Hradce ve světle jejich korespondence*, Opera historica 6, 1998, s. 145–271.
- Václav BŮŽEK, *Pijácké zábavy na dvorech renesančních velmožů (Ambras – Bechyně)*, opera historica 8, 2000, s. 137–161.
- Ernst Robert CURTIUS, *Evropská literatura a latinský středověk*, Praha 1998
- Jaroslav ČECHURA, *5.5.1609 - zlom v nejdelším sněmu českých dějin: generální zkouška stavovského povstání*, Praha 2009.

- František DVORSKÝ, *Příspěvky k dějinám českého lékařství*, Časopis lékařů českých, 1880, s. 95.
- Vladimír FORST, *Lexikon české literatury: osobnosti, díla, instituce 2*, Praha 1993
- Gustav GELLNER, *Jan Černý a jiní lékaři čeští do konce doby jagellovské*, Praha, 1935.
- Han Ignác Jan HANUŠ, *O české literatuře zdravotnictví v šestnáctém století*, Časopis musea království českého 37, 1863.
- Martin HOLÝ, *Ve službách šlechty, vychovatelé nobility z českých zemí (1500-1620)*. Praha 2011.
- Martin HOLÝ, *Zrození renesančního kavalíra, výchova a vzdělávání šlechty z českých zemí na Prahu Novověku (1500-1620)*, Praha 2010.
- Karel HOLUB, *Prostřené stoly v době císaře Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1591*, Praha 1997.
- Josef HRDLIČKA, „...kuchyni svou k správě tobě poroučím“. *Kuchyňský personál v rezidencích posledních pánů z Hradce a Rožmberků*, Jihočeský Sborník Historický 65, 1996.
- Josef HRDLIČKA, *Hodovní stůl a dvorská společnost : strava na raně novověkých aristokratických dvorech v českých zemích (1550-1650)*, České Budějovice 2000.
- Josef HRDLIČKA, *Potraviny na předbělohorském dvoře pánů z Hradce (Způsoby zásobování a finanční náklady)*, Příspěvky ke každodenní kultuře novověku, ed. Bůžek, V. Opera historica 4, České Budějovice 1995, s. 5–62.
- Josef HRDLIČKA, *Potraviny, stolování a jídelníček na raně novověkých aristokratických dvorech*, Český časopis historický 98, 2000, s. 18–45.
- Josef JANÁČEK, *Pivovarnictví v českých královských městech v 16. století*, Praha 1959.
- Josef Ritter von ASCHBACH, *Die Wiener Universität und ihre Humanisten im Zeitalter Kaiser Maximilians I.*, Wien 1877.
- Jiří JUST, *9.7.1609 - Rudolfův Majestát: světla a stíny náboženské svobody*, Praha 2009.

- František PALACKÝ, *O pranostikách a kalendářích českých XVI. stol.*, časopis českého muzea, 1829.
- Marie PAŘÍKOVÁ–Inka CIPROVÁ, *Dobrá kuchařka českých šlechticů a měšťanů od gotiky po baroko*, Praha 1995.
- Evžen PETRŮ, *Genologický systém české literatury 16. století*, in: Sborník prací filosofické fakulty brněnské univerzity D 32, 1985, s. 54.
- Jiří PEŠEK, *Knihy a knihovny v kšaftech a inventářích pozůstalostí Nového Města pražského v letech 1576-1620*, Folia Historica Bohemica, 2, 1980.
- Jiří PEŠEK, *Jiří Melantrich z Aventýna: příběh pražského arcitiskáře*, Praha 1991.
- Jiří PEŠEK, *Měšťanská vzdělanost a kultura v předbělohorských Čechách (1547–1620)*, Praha 1988.
- Noemi REJCHRTOVÁ, Karel Starší ze Žerotína. Z korespondence, Praha, 1982.
- Milada ŘÍHOVÁ, *Dvorní lékař posledních Lucemburků, Albík z Uničova, lékař králů Václava IV. a Zikmunda, profesor pražské univerzity a krátký čas i arcibiskup pražský*, Praha 1999.
- Milada ŘÍHOVÁ, *Regiment pro krále Václava? Mensa ad cenam parata*, Acta Universitatis Carolinae 35, Praha 1995.
- Milada ŘÍHOVÁ, *Středověká pražská regimina sanitatis*, Sborník lékařský, 98 (1), 1997, s. 39-43.
- Milada ŘÍHOVÁ, *Regimina Sanitatis jako pramen k poznání každodennosti dvou Lucemburků (Václav IV. a Zikmund v naučení Mistra Albíka)*, Mediaevalia Historica Bohemica 5, Praha 1998.
- Milada ŘÍHOVÁ, *Tři neznámá regimina sanitatis pro Lucemburky Karla IV. a Zikmunda*, Dějiny věd a techniky 34, 2001, s. 9-22.
- Zdeněk ŠIMEČEK, *Novinové zpravodajství v předbělohorských Čechách*, Folia Historica Bohemica 11, 1987, s. 288.
- Jan ŠPOTT, *Lékařství a lékaři XVI. stol.* Časopis lékařů českých, 1883, s. 624.
- Jan ŠPOTT, *Příspěvky k staré lékařské literatuře v Čechách*, časopis lékařů českých, 1882, roč. XXI, č. 37, Praha, s. 589-592.

- František TEPLÝ, *Príspevky k dějinám českého zemědělství*, Praha 1937.
 - Bo J. THEUTENBERG, *Doktor Johannes Copp von Raumenthal*, Skara 2003
 - Václav Vladivoj TOMEK, *Dějepis města Prahy XI.*, Praha 1897.
- David TOMÍČEK, „Já mnoho lékařů znám, kteříž pouzí laikové sú“ – typologie empiriků na stránkách vybraných lékařských tisků 16. století, in: *Historia, Medicina, Cultura* ed. K. Černý – P. Svobodný, Praha 2006, s. 55-70.
- David TOMÍČEK, *Regimenty zdraví 16. století – tradice, rozbor, interpretace*, (diplomová práce PedF UJEP), Ústí nad Labem, 2004., *Víra, rozum a zkušenost v lidovém lékařství pozdně středověkých Čech* (disertační práce 1.LF UK), Praha, 2008.
 - David TOMÍČEK, *Profesní každodennost lékařských povolání v městském prostředí 16. století*, Documenta Pragensia XXVII, Praha 2008, s. 827-835.,
 - David TOMÍČEK, *K diagnostice z česky psaných lékařských sborníků 15. a 16. století*, Dějiny věd a techniky 41, 2008.
 - David TOMÍČEK, *Gruntovní a dokonalý regiment zdraví Jana Koppa z Raumenthalu mezi lékařskými tisky 16. století*, in: *Zborník príspevkov z 8. medzinárodného sympózia o dejinách medicíny, farmácie a veterinárnej medicíny*, edd. M. Bujalková – L. Martin, 2007, s. 423-429.
 - Antonín TRUHLÁŘ – Karel HRDINA – Josef HEJNIC – Jan MARTÍNEK, *Rukověť humanistického básnictví v Čechách a na Moravě I–V, Praha 1966–2011*, zde 1996,2, s. 365.
 - Zikmund WINTER, *Děje vysokých škol Pražských od secessí cizích národů po dobu bitvy bělohorské (1409-1622)*, V Praze 1897.
 - Zikmund WINTER, *Měšťanské libráře v XV. a XVI. věku*, časopis muzea království českého, 66, 1892, s. 75.
 - Zikmund WINTER, *Šat, strava a lékař XV. a XVI. věku*, Praha 1913.
 - Zikmund WINTER, *Kuchyně a stůl našich předků: líčení dějepisné ze XVI. století*, Praha 1892.
 - František ZOUBEK, *Lékárna dr. Jana Kopa z Raumenthalu*, Časopis lékařů českých 3, Praha 1864, s. 360.

12. SEZNAM OBRAZOVÝCH PŘÍLOH

- Obrázek č. 1., Olej na plátně Malá hostina (kolem 1590) Lucas van Valckenborch a Georg Flegel
Karel HOLUB, Jan BURIAN, *Prostřené stoly v době Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1590*, Praha, 1997, s. 71

- Obrázek č.2., Vyobrazení z ilustrovaného svitku: Slavnosti zlatého rouna v Praze a Landshutu, *Císařský banket z roku 1585*.
Karel HOLUB, Jan BURIAN, *Prostřené stoly v době Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1590*, Praha, 1997, s. 70.

- Obrázek č. 3., *Obžerství (Neřesti)*, Matyáš Bernard Braun, Lapidárium Kuks
[http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Braunovy_sochy_Ctností_a_Neřestí_na_Kuksu_\(32\).jpg](http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Braunovy_sochy_Ctností_a_Neřestí_na_Kuksu_(32).jpg)

- Obrázek č. 4., olej na panelu *Obžerství*, Hieronymus Bosch (1475-1480)
http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Hieronymus_Bosch_094.jpg

- Obrázek č. 5., Olej na dřevě, *Oběd s ohřívadlem a pečeným bažantem* (kolem 1620), Peter Binoit
Karel HOLUB, Jan BURIAN, *Prostřené stoly v době Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1590*, Praha, 1997, s. 68.

- Obrázek č. 6., Olej na dřevě *Oběd s rybami a raky* (kolem 1620), Georg Flegel
Karel HOLUB, Jan BURIAN, *Prostřené stoly v době Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1590*, Praha, 1997, s. 68.

- Obrázek č. 7., Olej na dřevě, *Snídaně s vejcem*, Georg Flegel
Karel HOLUB, Jan BURIAN, *Prostřené stoly v době Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1590*, Praha, 1997, s. 67

- Obrázek č. 8., Olej na dřevě *Zátiší s ovocem a raky* (kolem 1620), Georg Flegel

- Karel HOLUB, Jan BURIAN, *Prostřené stoly v době Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1590*, Praha, 1997, s. 68.

- Obrázek č. 9 . Erb Jana Koppa z Raumenthalu
Bo. J. THEUTENBERG, *Jan Kopp von Raumenthal*, Skara 2003, s. 18.

- Obrázek č. 10. Portrét Jana Koppa z Raumenthalu ve spise *Dialogi*
Bo. J. THEUTENBERG, *Jan Kopp von Raumenthal*, Skara 2003, s. 20.

- Obrázek č. 11 . Věnování csaři Ferdinandovi I. v *Gruntovním a dokonalém regimentu zdraví... Jana Koppa z Raumenthalu*
Bo. J. THEUTENBERG, *Jan Kopp von Raumenthal*, Skara 2003, s. 28.

- Obrázek č. 12. Podobizna Adama Hubera z Riesenpachu na pamětní medaili
Luboš GÖBL, *Osobnosti Vysočiny I.*, Pelhřimov 2005, s. 86.

13. OBRAZOVÉ PŘÍLOHY



Obrázek č. 1., Olej na plátně Malá hostina (kolem 1590) Lucas van Valckenborch a Georg Flegel

Karel HOLUB, Jan BURIAN, *Prostřené stoly v době Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1590*, Praha, 1997, s. 71



Obrázek č.2., Vyobrazení z ilustrovaného svitku: Slavnosti zlatého rouna v Praze a Landshutu, *Císařský banket z roku 1585*.

Karel HOLUB, Jan BURIAN, *Prostřené stoly v době Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1590*, Praha, 1997, s. 70.



Obrázek č. 3., *Obžerství (Neřesti)*, Matyáš Bernard Braun, Lapidárium Kuks

[http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Braunovy_sochy_Ctností_a_Neřestí_na_Kuksu_\(32\).jpg](http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Braunovy_sochy_Ctností_a_Neřestí_na_Kuksu_(32).jpg)



Obrázek č. 4., olej na panelu *Obžerství*, Hieronymus Bosch (1475-1480)

http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Hieronymus_Bosch_094.jpg



Obrázek č. 5., Olej na dřevě, *Oběd s ohřívadlem a pečeným bažantem* (kolem 1620), Peter Binoit

Karel HOLUB, Jan BURIAN, *Prostřené stoly v době Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1590*, Praha, 1997, s. 68.



Obrázek č. 6., Olej na dřevě *Oběd s rybami a raky* (kolem 1620), Georg Flegel

Karel HOLUB, Jan BURIAN, *Prostřené stoly v době Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1590*, Praha, 1997, s. 68.



Obrázek č. 7., Olej na dřevě, *Snídaně s vejcem*, Georg Flegel

Karel HOLUB, Jan BURIAN, *Prostřené stoly v době Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1590*, Praha, 1997, s. 67.



Obrázek č. 8 ., Olej na dřevě *Zátiší s ovocem a raky* (kolem 1620), Georg Flegel

Karel HOLUB, Jan BURIAN, *Prostřené stoly v době Rudolfa II. a česká kuchařka alchymisty rytíře Bavora mladšího Rodovského z Hustiřan z roku 1590*, Praha, 1997, s. 68.



Kopp von Raumental

Obrázek č. 9 . Erb Jana Koppa z Raumenthalu

Bo. J. THEUTENBERG, *Jan Kopp von Raumenthal*, Skara 2003, s. 18.

Zwen neww nutzliche vnd lustige Dia-
logi oder gesprech Darin zu vinden wie ein yeder dem fleysch wieder-
streben soll durch D. Johannē Copp gedicht. Vnder redner des erste
ein mensch vnd der geyst. Des andern ein mensch der geyst das fleysch
vnd der teufel satan genant



Ad Gallatas Primo

ει γαρ ετι ανδρωποισ ηρεσνομ, χριστου δουλος ουκ αν ημην
Si enim adhuc hominibus placerem Christi seruus non essem

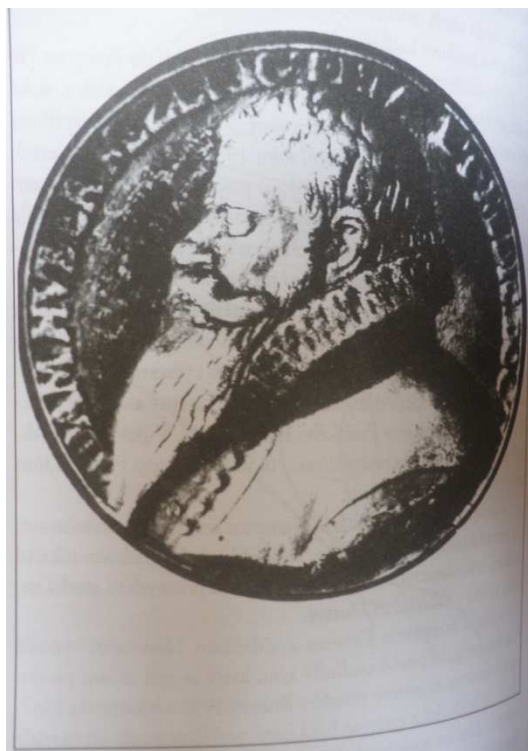
Obrázek č. 10. Portrét Jana Koppa z Raumenthalu ve spise *Dialogi*

Bo. J. THEUTENBERG, *Jan Kopp von Raumenthal*, Skara 2003, s. 20.



Obrázek č. 11 . Věnování csaři Ferdinandovi I. v *Gruntovním a dokonalém regimentu zdraví...* Jana Koppa z Raumenthalu

Bo. J. THEUTENBERG, *Jan Kopp von Raumenthal*, Skara 2003, s. 28.



Obrázek č. 12. Podobizna Adama Hubera z Riesenpachu na pamětní medaili

Luboš GÖBL, *Osobnosti Vysočiny I.*, Pelhřimov 2005, s. 86.